



Многовековой
народный опыт исцеления
и оздоровления человека
содержится
в 3500 рекомендациях
по лечению 130 заболеваний.
Используйте их и возможности
своего организма и
будьте здоровы!



**ПОЛНЫЙ
СПРАВОЧНИК
НАРОДНОЙ
МЕДИЦИНЫ**

В.Н.Кортиков
А.В.Кортиков

В.Н.Кортиков А.В.Кортиков

**ПОЛНЫЙ
СПРАВОЧНИК
НАРОДНОЙ
МЕДИЦИНЫ**





Адонис



Белена черная



Басилек



Гравилат



Душица обыкновенная



Ежевика



Женьшень



Земляника



Костянка каменистая



Левзея сафлоровидная



Малина



Наперстянка



Одуванчик



Подсолнечник



Ревень



Солодка голая



Тимьян ползучий



Фиалка



Хмель обыкновенный



Цикорий обыкновенный



Черника обыкновенная



Шиповник коричный



Элеутерококк колючий



Ярутка полевая

**В. Н. Кортиков,
А. В. Кортиков**

**ПОЛНЫЙ
СПРАВОЧНИК
НАРОДНОЙ
МЕДИЦИНЫ**



Издательский дом «ЭВРИКА»

Издательский Дом «Эврика»

2010

ББК 51. 1(2)2

УДК 61(030.3)

К69

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Рецензенты:

Ершов Виктор Степанович, доктор мед. наук, г. Москва

Иванов Петр Васильевич, доктор мед. наук, г. Москва

Калмыков Геннадий Иванович, доктор мед. наук, г. Волгоград

Яковлев Анатолий Петрович, доктор мед. наук, г. Ростов-на-Дону

Кортиков В. Н., Кортиков А. В.

К69 Полный справочник народной медицины. 3-е изд., доп. — Донецк, Украина: Издательский дом «Эврика», 2010. — 800 с.
ISBN 966-8509-81-1

Справочник содержит более 3500 рекомендаций по лечению 130 заболеваний. В его основе лежат методы, доступные любому человеку, — фитотерапия, уринотерапия, апитерапия, гидротерапия, диетотерапия.

Обстоятельное, но доступное описание всех способов применения лекарственных средств позволяет адресовать справочник врачам, фармакологам, студентам медицинских учебных заведений и всем людям, заботящимся о собственном здоровье.

ББК 51.1(2)2

Кортиков В. Н., Кортиков А. В.

К69 Повний довідник народної медицини. 3-є вид., доп. — Донецьк, Україна: Видавничий дім «Еврика». 2010. — 800 с.

Довідник містить більше 3500 рекомендацій по лікуванню 130 захворювань. В його основі лежать методи, доступні кожній людині, — фітотерапія, уринотерапія, апітерапія, гідротерапія, дієтотерапія.

Докладний, але посильний опис всіх способів застосування лікарських засобів дозволяє адресувати довідник лікарям, фармакологам, студентам медичних навчальних закладів і всім людям, що турбуються про своє здоров'я.

ISBN 966-8509-81-1

© В. Н. Кортиков, 2010

© Издательский Дом «Проф-Пресс», 2010

© Издательский дом «Эврика», 2010

За добрые дела,
За труд упорный
Я сыну памятник
Воздвиг нерукотворный!

Отец

КОРТИКОВ АНАТОЛИЙ ВИКТОРОВИЧ

Афганистан, 1982 год

ПРИРОДА ИЛИ ОФИЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНА?

*Читатели часто спрашивают:
«Кто самый лучший лекарь — При-
рода или официальная медицина?»*

*Самый лучший лекарь для больно-
го (не важен возраст его, название
заболевания, стадия, степень и пр.) —
это его организм, данные ему При-
родой средства для исцеления, кров-
ное и доброжелательное отношение
окружающих. Врачи же — только
консультанты, от своевременной и
разумной рекомендации которых по-
рой зависит: быть человеку в здра-
вии или нет.*

ВВЕДЕНИЕ

Важнейшая задача в оздоровлении организма — помочь ему самому бороться с недугами и не мешать программе, заложенной в нем Природой.

В данном рецептурнике указано максимальное количество средств (терапий), которые доступны для больного и оказывают значительное содействие в выздоровлении.

1. *Апитерапия* — используются все продукты жизнедеятельности пчел (воск, маточное молочко, мед, перга, прополис, пыльца и пчелиный яд).

2. *Гидротерапия* — вода, принимаемая внутрь и используемая наружно в виде ванн, клизм, компрессов и обмываний.

3. *Диетотерапия* — рационально запрограммированное питание, способствующее исцелению организма.

4. *Пост* — одна из уникальных способностей организма, независимо от возраста, самоочиститься от шлака, накопленного за долгое время. Помогает избавиться от комплекса недугов. Продолжительный пост гарантирует полное и достаточно быстрое самоисцеление.

5. *Уриноотерапия* — самое доступное, результативно очищающее, восстанавливающее иммунную систему и исцеляющее весь организм средство, апробированное веками на многих тысячах исцеленных больных.

Используют урину (чаще среднюю порцию) в свежем, отстоянном, упаренном, кипяченом или стерилизованном виде, принимая (по показаниям) максимум внутрь, используя наружно, а стерилизованную чаще с помощью иглы и шприца вводят подкожно.

6. *Фитотерапия* — используются все средства растительного происхождения для оздоровления, полного исцеления и prolongation жизни организма.

Рекомендации даны по конкретным заболеваниям и в максимальных объемах. Основное внимание уделено фитотерапии с ее большим арсеналом лекарственных средств, созданных Природой, как гарантии полного исцеления и долголетия организма.

Книга рассчитана на широкий круг читателей и окажет существенную помощь врачам любого профиля, фармакологам и студентам медицинских учебных заведений.

Одновременно читателю будет оказана существенная помощь в познании своего сложного организма с его многочисленными недугами и дана возможность при необходимости помочь самому себе без вмешательства специалистов доступными средствами.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ЛЕКАРСТВЕННОМ СЫРЬЕ

СЫРЬЕ. Под сырьем понимаем набор растений, которые являются основой для лекарства.

Сбор

Все надземные части растений собирают в сухую погоду, когда сходит роса, лучшее время — с 10 до 16 часов в солнечную погоду. После сбора сырье быстро расстилают тонким слоем в проветриваемом помещении и в затененном от солнца месте (чердак, навес).

Листья — обычно собирают в начальной стадии цветения растений и старые, если нет специальных указаний.

Травы — собирают также в начальной стадии цветения, аккуратно срезая верхнюю часть растений острым ножом. Расстилают и сушат, как и листья.

Плоды — собирают по мере их созревания в сухую погоду, иначе они будут плохо сохнуть и могут заплесневеть в процессе сушки. Некоторые виды плодов лучше собирать до полного созревания (боярышник, шиповник и др.), иначе (в полной стадии зрелости) они сильно мнутся и теряют свои качества. Сочные плоды и ягоды собирают только зрелыми (земляника, малина, черника и др.) и в истолченном или целом виде быстро консервируют либо делают спиртовые настойки необходимой концентрации.

Корни и корневища — выкапывают обычно осенью по мере увядания растения или ранней весной, пока не началось сокодвижение, в любую погоду, т. к. их все равно нужно мыть до сушки и измельчения.

Почки — собирают обычно в конце зимы и весной (февраль, март, апрель), когда они клейкие, набухли, но еще не тронулись в рост.

Сушка

Сушка — одна из важнейших операций, которая обеспечивает качество сырья. В свежем виде применяются такие лекарственные растения, как лук, чеснок, морковь, свекла и др. Большая часть растений высушивается (консервируется сушкой), т. к. в сухом виде этим сырьем можно пользоваться весь год до нового урожая. Значительная часть сухого сырья выдерживает хранение в течение нескольких лет. Несвоевременная сушка может резко снизить или вовсе уничтожить содержащиеся в растении полезные вещества, поэтому к ней надо приступать сразу после сбора сырья. Сушка должна быть быстрой и проходить при температуре 50—60°C. Быстрота и высокий температурный режим (80—90°C) прежде всего необходимы сочным плодам. В этом случае лучше сохраняется их качество (большее количество витаминов, микроэлементов — биологической основы данного вещества).

Сушка естественным теплом. В подавляющем большинстве случаев лекарственное сырье (за исключением плодов и ягод) подвергается воздушной сушке на открытом воздухе в тени или в приспособленных помещениях (так называемая теневая сушка). Теневой сушке подвергаются обычно зеленые части растений. При этом хорошо сохраняется естественная окраска стеблей, листьев и цветов. Такую сушку можно проводить, раскладывая сырье на подстилке из бумаги, фанеры и т. д. до полного завяливания или сушки. Сушильные помещения (чердаки, сараи и др.) должны иметь хорошую вентиляцию и не пропускать прямых солнечных лучей.

Сушка (досушка) искусственным обогревом (тепловая сушка). Она имеет ряд преимуществ перед воздушной. В специальных сушилках можно регулировать температуру в соответствии с особенностями каждого вида сырья. Процесс досушки или сушки с их использованием происходит гораздо быстрее. Для различных частей растений применяются соответствующие режимы сушки.

Листья необходимо высушивать, раскладывая их в 2—3 слоя. Крупные листья (мать-и-мачехи, подсолнечника

и др. растений) для получения лучшего качества сырья раскладывают в один слой.

Траву для сушки также раскладывают тонким слоем. Правильно высушенные листья и травы легко перетираются на ладони, а жилки листьев и стеблей трав ломаются.

Плоды и семена обычно содержат небольшое количество влаги, которая в значительной степени теряется еще до их сбора. Поэтому плоды и семена только досушивают в сушилках, в проветриваемых помещениях или на воздухе, чтобы при хранении они не заплесневели. Сочные плоды малины, земляники, черники и др. растений высушивают в печках или сушилках настолько, чтобы они при хранении не слипались в комки.

Корни и корневища, лучше разрезанные на продолговатые ломтики, сушат в сушилках при необходимой температуре. В процессе сушки их необходимо переворачивать ножом или шпателем несколько раз в день. Сушку можно считать законченной, если они при изгибе будут с треском ломаться, а не гнуться.

Почки деревьев сушат медленно, на холоде, в сухую погоду. В теплом помещении начинают быстро раскрываться, и сырье получается бракованным.

Измельчение и порошокование

Степень измельчения диктуется конкретной необходимостью. В домашних условиях сырье удобно производить при помощи ступки, дробилки или мясорубки, но желательно, чтобы основание (корпус) было из черного металла — чугуна или стали. В домашних условиях для этих целей удобно использовать электрическую мясорубку (центрифугу), которая при необходимости из сырья делает порошок, и достаточно быстро.

Хранение

Хранить измельченное готовое сырье лучше всего в жестяных и облуженных банках из-под томатной пасты, по-

видла и т. д. На стенках этих банок делают четкую надпись: название, год сбора, форма приготовления и т. д. Закрывается банка пропарафиненной или любой чистой бумагой, которая сверху покрывается пленкой и фиксируется по размерам этой тары резиновым кольцом из автомобильной камеры. Излишки пленки или бумаги обрезаются чуть ниже резинового кольца, и сырье готово к хранению.

Приготовление яблочного уксуса

Яблоки вымыть, устранить гнилые и червивые части, раздавить или растереть на терке. Кашицу положить в сосуд, долить теплой кипяченой водой (0,5 л на 0,4 кг кашицы). На каждый литр воды добавить 100 г меда, 10 г дрожжей и 20 г сухого черного хлеба. Сосуд хранить в темном помещении при температуре 20—30°C. Сосуд должен быть эмалированным, стеклянным, широким и низким. В течение 10 дней помешивать кашицу 2—3 раза в день деревянной лопаточкой. После 10 дней кашицу выкинуть в марлевый мешок и выжать. Полученный сок процедить и перелить в сосуд с широким горлом. К каждому литру сока добавить 50—100 г меда (допускается, хотя не желательно, сахар), банку закрыть марлей, завязать, хранить при той же температуре. Через 40—60 дней уксус готов. Окончание брожения определяют, когда жидкость успокоится и прояснится. Готовый уксус профильтровать через 4—5 слоев марли, разлить в бутылки, плотно закупорить пробками, залить воском. Хранить в сухом, прохладном и темном месте, желательно с надписью «Яблочный уксус» на емкостях.

Очищение, измельчение и хранение прополиса

в домашних условиях

Куски прополиса в 30—40 мм освобождают от видимых примесей (стружка, краска и др.) и кладут в морозильную камеру холодильника или другое холодное место. В холодном состоянии прополис становится хрупким

и легко перетирается через терку с отверстиями в 2—4 мм. В процессе перетирания он становится вязким от тепла рук и окружающей среды, а перетирание его делается затруднительным. Его кладут в морозильную камеру, а затем берут другой кусок прополиса и снова перетирают через терку. Таким образом измельчается весь имеющийся прополис, который в процессе перетирания очищается от видимых примесей. Такое измельчение необходимо для увеличения площади соприкосновения поверхности с растворителем.

Берут две разные по размеру кастрюли, таких размеров, чтобы малая (лучше эмалированная) свободно входила в большую. На дно большой кладут 2—3 узкие деревянные планки, на которые ставят маленькую кастрюлю; в нее кладут измельченный на терке прополис и заливают трехкратным объемом теплой воды. В пространство между большой и малой кастрюлями наливают воду из расчета, чтобы наполненная прополисом и водой маленькая кастрюля не всплыла. Это приспособление называется водяной баней.

Водяную баню ставят на печку или газовую плиту. Греют баню так, чтобы вода между большой и малой кастрюлями была нагрета до температуры около 85—90°C в течение часа. За время прогревания все легкие примеси, имеющие малый удельный вес (вошина, деревянная стружка и др.), всплывают, а прополис и примеси, имеющие большой удельный вес, остаются на дне кастрюли. После часа прогревания выключают источник тепла и дают бане полностью остыть.

Вынимают маленькую кастрюлю из большой. Столовым ножом круговыми движениями по внутренней поверхности аккуратно извлекают вошину; немного ее просушив, обворачивают плотной бумагой и хранят в течение продолжительного времени в темном и прохладном месте. Сливают в темные бутылки прополисную воду и закупоривают. На дне остается очищенный прополис, куски которого также перетирают заново через мелкую терку и

кладут в морозильную камеру, как в начальной стадии очищения. Один килограмм чистого перетертого прополиса растворяют в течение семи и более дней в 300—500 мл 96%-ного спирта, 2—3 раза в день промешивая в теплом месте, фильтруют — получается сметанообразная, легко-мажущаяся, приятно пахнущая масса очищенного прополиса темно-коричневого цвета.

Уринотерапия

Универсальным лекарственным средством от всех недугов является моча больного, дающая в сочетании с продолжительным постом ускоренное исцеление при любых заболеваниях.

Нормальная моча человека — прозрачная, янтарного цвета жидкость со специфическим запахом, с малым количеством слизи, без твердых частиц, химический состав ее строго индивидуален и зависит от состояния организма и употребляемой пищи. Для приема внутрь при всех недугах назначают, как правило, собственную мочу больного, а при недостаточном ее количестве берут у здорового человека того же пола, — но только для наружного применения, в качестве вспомогательного к основному лечению средства. Рекомендуется проводить такое лечение на фоне полного голодания, что намного ускорит выздоровление.

При приеме мочи внутрь (особенно на фоне полного поста) она, какой бы мутной, концентрированной, «ядовитой» по виду, скудной по количеству и неприятной по запаху ни казалась, в результате приема становится чистой, приобретает нормальный запах и выделяется обильно. Это особенно заметно на примере безнадежных больных, исцеленных таким способом. Если моча у больного вязкая, вызывающая отвращение своим видом и запахом, ее все равно рекомендуется принять. Допускается запить ее теплой кипяченой водой, слегка подслащенной медом, и в скором времени качество ее улучшится.

Если больной отказывается принимать мочу внутрь (особенно на этот счет капризны «хроники»), то ее в стерилизованном виде вводят ему подкожно, также на фоне полного голодания.

После выздоровления следует избегать переедания. Рекомендуются вегетарианская пища с минимальной термобработкой и натуральные соки.

Стерилизация мочи. Собирают чистую мочу больного в маленькие бутылочки и пробирки с ватными пробками. Если моча больного сильно загрязнена, ее фильтруют или собирают после нескольких дней приема внутрь на фоне поста. Такой метод очищения мочи организмом, как правило, достаточно быстр. Мочу в этих емкостях с пробками стерилизуют около 30 минут в кипящей водяной бане, охлаждают и отстаивают. Аккуратно (не взбалтывая отстой) берут шприцем эту лекарственную жидкость и с помощью иглы вводят внутривенно, внутримышечно или подкожно (чаще в бедро).

Этот препарат безвреден, универсален, быстроэффективен и не дает побочных осложнений. Следует заметить, что подкожное введение его значительно эффективнее внутривенных и внутримышечных.

От авторов. Обидно за докторов медицинских наук, утверждающих, что моча есть ни что иное, как шлак, отторгаемый организмом по нескольку раз в день. На вопрос, как они относятся к многовековому опыту исцеления больных с помощью уринотерапии, следует, как правило, один и тот же ответ: этот метод лечения в России научного подтверждения не нашел; им никто не занимался, в программы медицинских учебных заведений он не входит, — поэтому разговор на эту тему не имеет смысла.

Между тем, еще в начале нашего века русский ученый-биохимик В. И. Вернадский научно доказал, что организм человека является самовосстанавливающейся, саморегулирующей и самоисцеляющейся биологической системой. Это относится в первую очередь к посту и уринотерапии.

В старинных лечебниках говорится, что моча является

естественным продуктом, божьим даром, экономичным и универсальным средством. Иногда она при первых приемах внутрь обладает неприятным вкусом, запахом и не всегда чиста. Зато последующие приемы достаточно быстро изменяют в лучшую сторону запах, цвет и вкус.

Авторами справочника с помощью этих терапий исцелялись многие больные, числящиеся в официальной медицине как абсолютно безнадежные.

ДОСТУПНАЯ МЕТОДИКА получения сигналов о доброжелательности людей, окружающих больного, и о полезности или вредности приготовленной для него пищи.

Существует простой способ определить, как относится к вам тот или иной человек; будет ли вам полезна или может навредить приготовленная для вас пища.

Возьмите небольшой грузик (колечко, гайку и т. п.) из любого металла, привяжите к нитке (например, шелковой) длиной около 20—25 см.

Сев за стол, положите на его поверхность левую руку, слегка растопыбив пальцы, слева от себя, максимально близко к проверяемому партнеру или пище.

Приподнимите отвесик большим и указательным пальцами правой руки перед проверяемым (желательно, незаметно для партнера). Одновременно поднимите правый локоть до уровня плеча, а большой палец обратите к себе — так, чтобы ладонь была обращена наружу от вас, а плечо с предплечьем образовали жесткую конструкцию.

Добившись полной неподвижности грузика над предметами обследования, настройтесь мыслями и биополем на вопрос: «Доброжелателен ли ко мне этот человек?» или «Будет ли полезна для меня эта пища?» При этом следует сосредоточиться и быть безучастным ко всему остальному, вести себя максимально спокойно, чтобы не повлиять своим поведением на состояние отвесика.

У большинства людей с уравновешенной психикой по-

ложительный ответ — движение отвесика от вас; *отрицательный* — качание его параллельно плоскости вашего тела.

Чтобы точно установить значение движения грузика, предварительно нужно проверить его реакцию на предметы, определенно являющиеся ядами для организма (кусочек мыла, сигареты и др.), т. к. у некоторых людей, особенно при нервном и физическом истощении, положительные и отрицательные значения меняются порою несколько раз в день. Итак, грузик заколебался...

Может оказаться, что ваш гость далеко не искренен и пришел к вам с какой-то корыстной целью... Или мед, к которому вы равнодушны, несет вам вред. Но после вы установите, что противопоказан вам не любой мед, а именно эта банка его, присланная друзьями от щедрого сердца, но из зоны, беспредельно загазованной выбросами экологически грязного предприятия... Открытия последуют одно за другим... Частыми тренировками с отвесиком вы приобретете навык в познании окружающих людей, научитесь питаться только полезными для вас продуктами.

Не огорчайтесь, если первые попытки окажутся неудачными. Попросите помощи у тех, кому отвесик служит безупречно. В процессе ваших тренировок один из таких людей может сидеть рядом, касаться вас, воздействуя своим биополем. Нередко такого воздействия оказывается достаточно, чтобы пробудить дремлющие в вашем организме силы. Случаи, когда этого не происходит, редки. Как правило, при расстроенной психике и нервном истощении.

* * *

Одним из уникальных и активных лечебных средств является четырехгранная пирамида, по форме напоминающая пирамиду Хеопса на плато Гиза в Египте. Своей (пока не объяснимой наукой) энергией она достаточно активно стимулирует жизненные силы больного организма, а он в свою очередь легче справляется с болезнями.

С помощью подобной пирамиды к примеру достаточно быстро улучшается состав крови, омолаживаются ее эритроциты, нормализуется давление, стихают боли во всем организме, быстро заживают раны, переломы костей, повреждения, связанные с операциями, радиотерапией и опухолями.

Исцеляет пирамидальная терапия и инфекционные (вирусные, микробные) заболевания. Если человек, будучи даже в здравии, иногда принимает (даже в малых дозах) пирамидальную воду или съедает, пусть небольшие, порции пищи, выдержанной в пирамиде, то шансы заболеть гепатитом, онкологическими заболеваниями, пневмонией, туберкулезом и т. п. заболеваниями у него минимальны!

Изготавливается такая пирамида из природного материала (доски, картона, плексиглаза, фанеры и т. д.), обладающего диэлектрическими (изоляционными) свойствами, без единого гвоздя и др. металла.

При ее изготовлении обязательно соблюдаются все соотношения пирамиды Хеопса (золотое сечение), т. е. заданная высота пирамиды (дк) умножается на 1,6, этим мы узнаем размер ее основания. К примеру: высота пирамидки будет равна 10 см, следовательно, ее основание ($10 \times 1,6$) будет равно 16 см. При заданной высоте пирамидки в 20 см основание уже будет равно 32 см и т. д.

Следует помнить, что с удвоением высоты пирамиды активность ее действия возрастает во много (50—100 и более) раз. Следовательно (если позволяет возможность) лучше устанавливать пирамиды (дк) с максимально возможной высотой.

Если она построена в благоприятном (на возвышенности, без металла, далеко от высоковольтной линии ЛЭП и насыпей) месте, с помощью компаса правильно сориентирована по сторонам света, такая пирамида работает сразу и довольно мощно!

В домах пирамидки следует ставить подальше от металлических предметов или конструкций т. к. они достаточно сильно нарушают магнитное поле Земли и этим

Примерный вид пирамид разного назначения



самым сводят на нет их целебные свойства (батареи отопления, водопровод, канализация и т. д.). Их также строго ориентируют по компасу на север основания ребра, а не ее грани.

Если дома сделаны из железобетона или имеют железобетонные перекрытия, пирамидки в них могут быть малоэффективными или совсем непригодны для их прямого назначения.

В случае, если они изготовлены кое-как, не выдерживая закон золотого сечения (более высокие или пологие), они могут принести не только пользу, но и вред.

При исцелении больного организма пустые пирамиды сами по себе хороши, но в сочетании со сбором и приемом внутрь «живой» воды, еще лучше. Такую воду, набрав с родника или колодца, «заряжают» на высоте, составляющей $\frac{2}{3}$ высоты внутренней поверхности пирамиды, т. е. в верхней ее части, расположив в посуде на специальной подставке, и выдерживают ее там 24 часа. Принимают без ограничения.

Еще более эффективными лечебными свойствами будут обладать настои, настойки и отвары, многократно целебно усиливаясь, если их настаивать в пирамиде, тем более все 24 часа. В этом случае они эффективно помогают и в меньших дозах приема. См. рекомендации во всех разделах этого справочника.

При всех внутренних, тем более сильных болях наруж-

но в виде компресса используют алюминиевую фольгу, которую перед этим также заряжают в пирамидах 24 часа на высоте более $1/2$ внутренней поверхности пирамиды. Заряженную фольгу обворачивают льняным полотном и прикладывают на больные суставы (артрит, артроз, ревматизм и т. д.), закрепляют бинтом, а также при болях головы, груди или живота. В этом случае боли проходят достаточно быстро, а при повторе такой процедуры — исчезают совсем. Будет лучше, если с постановкой такого компресса больной будет отдыхать на кровати (без металла), под которой находятся 3—5 пирамидок, поставленных вдоль его тела.

О целебных свойствах пирамид, ее воды и заряженной фольги можно говорить много. Но если коротко, то в народной медицине они практически безграничны и глобальны! Исцеляют организм от многих, в том числе и смертельных (на официальном языке) заболеваний, страхуют его до бесконечности от вновь могущих быть и омолаживают достаточно быстро.

Используя все вышеизложенное дает людям, имеющим пирамидки, и большое материальное преимущество. Одно из главных составляющих этого преимущества — отсутствие в необходимости ходить по врачам и покупать дорогостоящие, часто вредящие организму аптечные лекарства.

Часто бывает достаточно больному отдохнуть над пирамидками, возможно побывать в большой, принимать пирамидальную воду, при внутренних болях поставить на больное место компресс из заряженной фольги и он в скором времени будет здоров!

Это чудо Природы нашло свое положительное подтверждение еще до нашей эры, апробировано веками и как правило давало положительные результаты исцеления.

Зарубежом пирамидальная терапия используется давно и повсеместно. Приведем один маленький пример: больной отдыхает на кровати (без металла) час и более, под которой вдоль его тела установлены до пяти (10—15 см высоты) пирамидок. Часто состояние такого паци-

ента улучшается и после первого сеанса. Он выводится из стресса, волнений, апатии, исчезают боли во внутренних органах, мышцах, суставах, избавляется от усталости и бессонницы. Если при этом больной уснет, будить его не следует. Он сам проснется, но уже отдохнувшим и в хорошем настроении! Он чувствует при этом себя здоровым!

И последнее. Пока ты здоров, не ленись! Сделай вышеизложенное заранее для себя и своей семьи. Тогда будущее ее здоровья гарантируется!

Следует также помнить, что кроме глобальных целительных свойств пирамид, в ней действуют и такие энергетические силы, которые делают ее универсальным помощником в семье.

В ориентированной строго по сторонам света максимально большой пирамиде делают полочки или подставку, разделив ее равномерно на три перегородки (полочки), дающие возможность использовать пирамиду в быту.

Верхняя полочка ($2/3$ высоты пирамиды) используется как и в медицине для сбора «живой» воды, которой поят различных животных и птиц при их заболеваниях. Они как правило выздоравливают быстро. При поливе ею овощных и зерновых культур, а также цветов, те приобретают устойчивость к болезням и резко повышают урожай.

Вторая, средняя, полка ($1/2$ высоты пирамиды) используется для облучения перед посадкой семян овощных и зерновых культур, а также цветов, которые выдерживаются в пирамиде 10—15 дней. Это дает резкое повышение всхожести семян, они становятся более устойчивы к болезням и засухе. Увеличивается урожайность. Если после посадки этих семян поливать огород, кроме обычной, еще и «живой» водой, то можно быть уверенным, что урожайность всех культур повысится на 50 и более процентов, да и вкусовые качества их повысятся.

Третья, нижняя, полка ($1/3$ высоты пирамиды) используется для заточки бритв, ножей, зарядки батарей, а также для хранения мясных, молочных и др. продуктов.

Возможности пирамид безграничны. Созидайте, пробуйте, творите и вы не пожалеете!

СПОСОБЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ, ДОЗИРОВКИ И ПРИМЕНЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

Лекарственные растения применяются в народной медицине как внутрь, так и наружно. Принимают растения внутрь в виде:

- 1) выжатого сока из них;
- 2) настоев и отваров из растений;
- 3) вытяжек из корней, коры, семян и плодов с помощью воды, вина, водки;
- 4) порошка из высушенных частей растений.

Наружно — в виде ванн, клизм, примочек, компрессов и т. п. Для приема внутрь отвары, экстракты, настои и настойки настаивают максимальное количество времени. Затем фильтруют через марлю, ситечко или фильтровальную бумагу. После чего можно считать, что вытяжка готова к приему или к применению.

Если дозировка препарата ограничена или строго ограничена, т. е. разрешена к применению в малом или очень малом объеме, то, согласно дозировке этого рецептурника, для увеличения массы препарата используют доступные для больного средства: молоко, воду, чай и реже алкоголь. Порошки, таблетки из лекарственного сырья также запиваются теплыми доступными средствами: молоком, водой и чаем.

Народная практика показывает, что самая подходящая общая доза для приема внутрь — одна полная, с верхом, ст. ложка измельченного сырья или смеси на стакан кипятка или 4 ст. ложки с верхом на литр кипятка. Особенности дозировок отдельных растений даны в рецептурнике, но необходимо еще учитывать индивидуальность больного: уменьшать или увеличивать объем или концентрацию препарата в каждом конкретном случае.



❖ **АБСЦЕСС** — развивается обычно как осложнение острых хирургических заболеваний у поздно оперированных и неоперированных, например, осложнение острого аппендицита, абсцесс легкого, гангрена легкого — гнойное (гнилостное) расплавление легкого с образованием полости и др. Болезнь развивается при попадании в организм гноеродных микробов (стафилококков, стрептококков). Микробы вызывают в тканях гнойное воспаление.

1. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настойки или зверобойного масла используют наружно для втираний при лечении абсцессов, флегмон, инфицированных ран и т. п. заболеваний.

Настой: 25%-ный на 70°-ном спирте.

Масло: 25%-ное на подсолнечном масле для втираний.

2. Корни *истода сибирского* в виде настоя пьют при застарелом бронхите, бронхиальной астме, абсцессах в легких и др. заболеваниях.

Действие разных истодов определяется в основном сапонинами, которые усиливают секрецию бронхиальных желез и способствуют отхаркиванию мокроты.

Настой: чайную ложку корней настаивают 4 часа в стакане холодной кипяченой воды и пьют по полстакана настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Скипидар *лиственницы сибирской* в виде ингаляций используют при бронхите, абсцессах, гангрене легких и катаре верхних дыхательных путей (иногда в смеси с медом: вода, мед и скипидар), смесь по концентрации произвольная. Горячий пар от этой смеси вдыхают по 15—20 минут 2—3 раза в день и на ночь.

4. *Мед* (более темного цвета) показан при абсцессах и др. заболеваниях дыхательных путей.

Примерный прием меда: по 60 г 3 раза в день за час до еды и 60 г на ночь.

У больных при приеме меда появляется аппетит, быстро увеличивается вес, а количество мокроты резко уменьшается.

5. При острых гнойниках (абсцессе) в легких используют горячий сгущенный настой из свежеперетертого лука или чеснока для вдыхания паров (ингаляционный способ) фитонцидов из них. Настой по концентрации произвольный и в большом объеме.

Больного кладут на кушетку или кровать, укутывают с головой теплым одеялом лицом вниз, подносят к лицу кастрюлю с парным настоем и заставляют его дышать 10—15 минут этим паром. Такие процедуры производят в теплой комнате 2—3 раза в день и на ночь в течение 30 дней. После непродолжительного перерыва при необходимости курс лечения можно повторить.

6. Почки (реже — кору молодых ветвей) *осины обыкновенной* в виде отвара или настойки пьют при абсцессах во внутренних органах, гастритах, циститах и многих других заболеваниях.

Отвар: 90 г почек или коры варят в 7 стаканах воды до тех пор, пока не останется 600 мл жидкости. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют стаканами теплый отвар 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная спиртовая, пьют по 20—40 капель 3—4 раза в день до еды.

7. Свежеистолченные листья *подорожника* (любого вида) используют наружно в виде повязок при абсцессах, инфицированных ранах и язвах.

8. *Прополисную мазь* используют наружно при абсцессах, самых разнообразных ранах, ожогах, обморожениях и долго незаживающих язвах.

Мазь: в эмалированной посуде расплавляют 100 г животного несоленого жира, доводят до кипения, затем охлаждают до +60...80°C, добавляют 10 г измельченного очищенного прополиса и при постоянном помешивании охлаждают. Полученную смесь фильтруют через марлевый фильтр. Остывшая мазь пригодна к применению.

9. Корни и корневища *синюхи лазурной* в виде экстрак-

та (отвар, сгущенный до половины, или значительной густоты) принимают внутрь при абсцессах в легких, туберкулезе, крупозной пневмонии и др. заболеваниях легких.

Отвар: 8—10 г корневищ варят в стакане воды до тех пор, пока не сгустится до половины. Принимают экстракт с медом по вкусу по чайной ложке 3—5 раз в день за час до еды.

10. Траву *сушеницы болотной* в виде 10%-ной настойки на спирту пьют при кавернозном туберкулезе и абсцессах в легких.

Настойка: 10 г травы настаивают 7—10 дней в 100 мл 70°-ного спирта и пьют по полчайной ложки настойки 3—4 раза в день за час до еды.

11. Сок из зеленых плодов *огурца бешеного* применяется наружно для легкого втирания на больное место при абсцессах, ревматизме, геморрое, хроническом насморке, синусите и т. д., но с большой осторожностью!

Сильный яд!

12. Травы *хвоща полевого* — 3 ст. ложки, травы *вереска* — 3 ст. ложки, травы *золотарника* — 4 ст. ложки.

Настой или отвар: 1 ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка или варят 15 минут. Теплый настой или отвар используют для компрессов при труднозаживающих ранах и абсцессах.

13. При абсцессах в ротовой полости и горле, иногда с парадонтозом, разрыхлением, болях в деснах и зубах, когда многие рекомендации испробованы и желают иметь лучшую. Одна из лучших рекомендаций — *уриноterapia*. Терапия достаточно быстро результативна при условии, что больной до полного своего выздоровления будет питаться вегетарианской пищей (пищей растительного происхождения) с минимальной ее термообработкой или выпивать регулярно по 2/3—1 стакану 3—4 раза в день до еды своей мочи и многократно в течение 5—10 минут полоскать рот своей мочой.

В случае, если больному вкус его мочи неприятен, в нее допускается добавить для вкуса немного прополисной настойки или меда и использовать эту смесь в полном объеме, как рекомендовано выше.

14. При сложных гноеродных заболеваниях, абсцессах,

если больной не в состоянии принимать собственную мочу (хотя это весьма желательно), ему на фоне поста делают введения (уколы) из его стерилизованной мочи по 1—2—3 мл (детям, в зависимости от возраста, 0,3—0,5—1,0 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра, такие инъекции полезны и больным, принимающим свою мочу, ускоряя исцеление при любых недугах.

❖ **АВИТАМИНОЗ, ГИПОВИТАМИНОЗ** — отсутствие или недостаток витаминов в организме, характеризуется следующими признаками: общее недомогание, потеря веса тела, кровоточивость внутренних органов, десен, кожного покрова, резь в глазах, ухудшение зрения и т. д.

1. Плоды *абрикоса обыкновенного* как источник провитамина А, витаминов РР и В₁₅. Однако следует помнить, что принимать абрикосы для лечения и профилактики авитаминоза и гиповитаминоза витамина А при заболеваниях почек и пониженной функции щитовидной железы не следует, т. к. содержащийся в абрикосах провитамин А (каротин) при указанных заболеваниях не усваивается, поэтому целесообразно назначать больным чистый витамин А. Употребление абрикосов ограничивается для больных сахарным диабетом из-за высокого содержания сахара в них. Их удобнее всего принимать в виде кураги, можно по стакану и более в день.

2. Настой или отвар из листьев *березы* в смеси с другими растениями или отдельно помогает при авитаминозах, отеках сердечного происхождения, спазмах в желудке и многих др. заболеваниях.

Настой: 4 чайные ложки листьев настаивают 6 часов в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Верхушки веток с цветками *дрюка красильного* в виде настоя пьют при физическом истощении организма и при рахите.

Настой: 1 чайную или ст. ложку измельченных веток

настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Строгая дозировка!

4. Кору *дуба обыкновенного* в виде отвара пьют при рахите, поносах и др. недугах.

Отвар: чайную ложку коры варят 15—20 минут в стакане воды и пьют по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день, лучше до еды.

5. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя пьют как антиспазматическое, стимулирующее средство при авитаминозе (скорбулите) и др. недугах.

Настой: ст. ложку цветов настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день за 30 минут до еды.

6. Листья *крапивы двудомной* в виде настоя пьют при гиповитаминозах как поливитаминное средство, содержащее разные витамины, кислоты и микроэлементы. Применяют этот настой также при анемии, малокровии и простудных заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют по 2/3 стакана настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

7. Корнеплод *моркови культурной* широко применяется в свежем виде или в виде сока из него для лечения и профилактики авитаминозов и гиповитаминозов витамина А, сопровождающихся понижением зрения и дистрофическими и атрофическими изменениями эпителия. Применяется морковь при малокровии, общем упадке сил.

Применяется морковь без ограничения, но противопоказана при язве желудка и двенадцатиперстника, энтеритах.

8. Листья и околоплодники *ореха маньчжурского* (или *грецкого*) в виде настоя принимают внутрь при рахите, экссудативном диатезе, катарах в желудке и поносах.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1 ст. ложке настоя 3—4 раза в день.

9. Семена *пажитника сеного* в виде порошка принимают внутрь при пеллагре (авитаминоз РР), заболеваниях легких и др. недугах.

Порошок принимают по 1/4 чайной ложки 3 раза в день, запивая водой.

10. Листья *первоцвета лекарственного (примулы)* в виде настоя пьют при гиповитаминозе С и как легкое снотворное средство.

Настой: 1—2 чайные ложки листьев настаивают час в стакане кипятка в закрытом сосуде и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

11. Траву *полыни обыкновенной (чернобыльник)* в виде настоя используют наружно для купания детей при рахите (авитаминоз Д).

Настой: 10—20%-ный.

12. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь и используют для ванн наружно при золотухе (детский туберкулез кожи), рахите, геморрое и др. заболеваниях.

Настой: 20 г — 200 мл или 60 г — 1000 мл, настаивают 12 часов в холодной кипяченой воде, пьют по 2—3 ст. ложки по 1/2—1 стакану настоя 3 раза в день в течение 1—2 месяцев с добавлением ванн 1—2 раза в неделю или отвара 50 г на 1/2 ведра воды.

13. Ягоды *смородины черной* в свежем виде едят, а из листьев смородины готовят настой и пьют при гиповитаминозах, малокровии, ревматизме, заболеваниях суставов и др. заболеваниях.

Свежие ягоды или сироп из них принимают без ограничения.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 1/2 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

14. Хвою (реже почки) *ели* и *сосны лесной* в виде витаминного напитка пьют для предупреждения цинги и усиления сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям среды, особенно полезен напиток зимой, когда содержание аскорбиновой кислоты резко возрастает по сравнению с летним периодом.

Хвою из расчета 25—30 г на человека в день промывают в холодной воде и опускают в кипящую воду, взятую в пятикратном количестве к хвое. Кипятят в закрытой фарфоровой или эмалированной посуде 20 минут зимой и 40 — летом. Фильтруют через марлю, добавляют по вкусу

мед и сахар и пьют по стакану теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

15. Листья *березы* — 30 г, листья и плоды *боярышника* — по 30 г, плоды *шиповника* — 40 г в виде настоя пьют как поливитаминное средство при физическом истощении.

Настой: весь измельченный сбор настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день за час до еды.

16. Плодов *шиповника* — 1 ст. ложку, плодов *смородины черной* — 1 ст. ложку.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед или сахар и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, при авитаминозе «С», нервном и физическом истощении.

17. Плодов *рябины красной* — 50 г, плодов *шиповника обыкновенного* — 50 г.

Применение и назначение настоя — см. № 16.

18. Плодов *брусники* — 50 г, плодов *шиповника* — 50 г.

Применение и назначение — см. № 16.

19. Листьев *крапивы двудомной* — 3 части, плодов *рябины красной* — 7 частей.

Применение и назначение — см. № 16.

20. Плодов *брусники* — 1 часть, листьев *крапивы двудомной* — 3 части, плодов *шиповника* — 3 части.

Применение и назначение — см. № 16.

21. Листьев *крапивы двудомной* — 3 части, корня *моркови культурной* — 3 части, плодов *смородины черной* — 1 часть, плодов *шиповника* — 3 части.

2 ст. ложки сбора кипятят 10 минут в 2 стаканах воды. Настаивают 3 часа. Фильтруют, добавляют по вкусу мед или сахар и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день, лучше до еды при физическом истощении, малокровии и худосочии.

22. Плодов *брусники* — 2 части, листьев *смородины черной* — 1 часть, листьев *малины* — 1 часть, плодов *шиповника* — 1 часть.

Применение и назначение — см. № 21.

23. Травы *череды* — 10 г, листьев *ореха грецкого* — 5 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, корня *лопуха большо-*

го — 15 г, цветков *тысячелистника* — 10 г, листьев *смородины черной* — 10 г, листьев *земляники лесной* — 15 г.

Все смешивают. 20 г сбора кипятят 10 минут на медленном огне в литре воды. По остывании фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды при золотухе и рахите. Детям ежедневно по 1 ст. ложке.

❖ **АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ** — доброкачественное увеличение ее вследствие нарушения гормонального обмена в связи с возрастом. Страдают ею мужчины, особенно в пожилом и старческом возрасте.

Первыми признаками этого заболевания являются частое мочеиспускание, особенно в ночное время. Осложнения этого заболевания доходит до того, что больной не может нормально помочиться и его моча начинает непроизвольно выделяться каплями. Отсюда страдают его почки за счет расширения почечной лоханки и мочеточников. Страдает также и мочевого пузыря больного от давления скопившейся в нем мочи. В дальнейшем могут возникнуть интоксикации, жажда и сухость во рту, повышается температура тела и т. д.

При прощупывании пальцем железы, введенным в задний проход, простата его увеличена, плотна и с гладкой поверхностью.

Наш совет таков. Не спешите, пожалуйста, под нож (скальпель) хирурга, усугубив этим самым эту страшную патологию. После их резекции, тем более двойной, страдания ваши будут максимальны, а выздоровление маловероятным!

Воспользуйтесь рекомендациями, данными ниже, особенно № 7, т. к. ими вполне можно исцелиться от этого недуга и без думок о рецидиве.

1. Лист *березы белой* в виде настоя пьют при затрудненном мочеиспускании (при гипертрофии предстательной железы), как мочегонное при отеках и многих других недугах.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 1/2 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

2. Листья или кору *лещины обыкновенной (орешник)* в виде настоя пьют при гипертрофии предстательной железы.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 1/2 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день.

3. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя пьют при заболеваниях предстательной железы и многих других заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корня настаивают 1—2 часа и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день.

4. Небольшая головка *лука репчатого*, съедаемая вечером, является хорошим средством для лечения предстательной железы.

5. Траву *мелколепестника канадского* в виде настоя пьют при воспалении предстательной железы и мочевого пузыря.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают в течение дня глотками.

6. Плоды *петрушки огородной* (иногда корни) в виде порошка или настоя принимают внутрь при воспалении предстательной железы, как мочегонное средство при водянке, отеках сердечного и почечного происхождения.

Порошок из плодов принимают по 0,5—1,0 г 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой из корней или плодов: 1 ст. ложку сырья настаивают 8—10 часов в 2 стаканах кипятка и выпивают ст. ложками в течение дня.

7. *Прополис* и его препараты оказывают хороший терапевтический эффект при хроническом простатите и устраняют его симптомы.

Положительное действие его препарата — повышение сопротивляемости организма к инфекциям, антибактериальное, противовоспалительное воздействие на ткань железы.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте. 30—40 капель смешивают с 1/2—2/3 стакана теплого молока и принимают 3—4 раза в день за час до еды. Полезно принимать чистый прополис по 3—5 г 3—4 раза в день, каждый раз продолжительно его жуя, затем проглатывая, немалую ценность при лечении этого недуга представляет прополисная слюна.

8. Сок корня *сельдерея пахучего* рекомендуется при вос-

палении предстательной железы как болеутоляющее, мочегонное средство.

Свежевыжатый сок по 1—2 чайных ложки принимают внутрь 3—4 раза в день, лучше до еды.

9. Корни и траву *синеголовника полевого* в виде порошка, настоя или отвара принимают внутрь при гипертрофии предстательной железы, затрудненном мочеиспускании в связи с увеличением ее объема и др. нарушениях ее функции.

Порошок из сырья принимают по 1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой или отвар: 1 ст. ложку корня или 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа и варят 10 минут в 0,5 л воды (настой в кипятке). Пьют по 1/2—2/3 стакана 3—5 раз в день, лучше до еды.

10. Корни и корневища *спаржи обыкновенной* в виде настоя пьют при затрудненном мочеиспускании, простатите, цистите и др. недугах.

Настой: 2—3 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают все за день глотками.

11. Почки *тополя обыкновенного (осоко́ря)* в виде настойки или настоя пьют при недостаточном мочевыделении, увеличении предстательной железы и хроническом воспалении мочевого пузыря.

Настойка: 25%-ная, пьют по 15—20 капель на ст. ложку воды 3—4 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку почек (реже — молоденьких клейких листочков) настаивают 1—2 часа в стакане теплой кипяченой воды и выпивают за день глотками.

12. Семена *тыквы обыкновенной* в сухом (свежем) виде полезно принимать очищенными от твердой кожуры, сохранившими мягкую зеленоватую оболочку в целом или измельченном виде по 100—120 г в день при простатите.

Настой из истолченных семян: 1—20 г на стакан кипятка, настаивают 30—40 минут и пьют по 1/3—1/2 стакана 3—5 раз в день до еды.

13. При аденоме и всех ее последствиях настоятельно рекомендуется произвести полную и тщательную очистку кишечника больного, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этого его переводят

на полное голодание с приемом внутрь по $2/3$ —1 стакану собственной мочи и отстоянную воду. Через 3—4 дня такого метода лечения, как правило, устраняется мочеизнурение, исчезают боли в простате, но лечение необходимо продолжить до полного исцеления. Время такого метода лечения варьируют в зависимости от тяжести заболевания, примерно оно равно 9—10 дням.

14. При аденоме и всех ее последствиях, когда больной полностью использует рекомендацию № 13, для ускорения полного исцеления полезно несколько раз проделывать инъекции его стерилизованной мочи по 1—2 мл, лучше под кожу бедра.

✚ **АКТИНОМИКОЗ** — инфекционное, грибковое, незаразное, гнойное, чаще внутреннее заболевание, поражающее головной мозг, язык, шею, лицо, легкие, желудок, кишечник и кожу. Подразделяют это заболевание на кожное, кожно-мышечное, лимфатических узлов и костную форму заболевания.

1. Соцветия *календулы обыкновенной* (лучше — более темных тонов) в виде настойки или настоя принимают внутрь и используют наружно как достаточно активное средство против грибковых заболеваний.

Настойка: 10 или 20%-ная на 40°-ном спирте; пьют по 30—40 капель на $1/2$ стакана теплой воды или молока 3—4 раза в день, лучше до еды. Наружно ее используют в виде примочек, обмываний или компрессов.

Настой: 30%-ный по $1/2$ стакана 3—4 раза в день до еды.

2. Сок околоплодников незрелых плодов *ореха грецкого* (иногда и настой с настойкой из них) используют наружно при кожном актиномикозе, туберкулезе кожи, фурункулах кожи, фурункулах, гноящихся ранах и др. заболеваниях. Эти препараты подавляют кокковую и полностью уничтожают грибковую фауну.

Настой: 0,1—0,5%-ный на масляной основе, используют наружно для втирания.

Настойка из молочных орехов: 0,1—0,2%-ная, пьют по

ст. ложке 3—4 раза в день, лучше до еды. Сок используют для втирания на пораженные участки кожи.

3. Почки *осоко́ря (тополя) черного* в виде настойки принимают внутрь и используют наружно при многих заболеваниях внутренних органов и кожи. Препараты из почек убивают грибковые организмы.

Настойка: 20%-ная, по 20—30 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку почек настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке настоя 3—4 раза в день за час до еды.

4. *Прополис* в чистом виде или в виде 30%-ной настойки на 70°-ном спирте принимают внутрь, а наружно используют мазь на любой жировой основе (сливочное масло, внутренний несоленый жир и т. д.) как бактериостатическое, бактерицидное, обезболивающее, регенеративное средство.

30%-ную настойку пьют по 30—40 капель, смешивая ее с 1/2 стакана теплого молока или чая.

Чистый прополис, 3—5 г, жуют продолжительно, потом глотают, 3—4 раза в день, лучше до еды.

5. Почек *березы* 50 г, почек *осоко́ря* 50 г.

10%-ная настойка из этого сбора принимается внутрь и используется наружно как сильное средство, мгновенно убивающее стафилококки и др. микроорганизмы, а также грибки и грибки простейших.

Принимают настойку по 20—30 капель на 1/2 стакана теплой воды или чая. Наружно — используют в виде повязок или компрессов.

❖ **АЛКОГОЛИЗМ** — отдельная форма психических заболеваний, вызванных систематическим, неумеренным употреблением спиртных напитков, пристрастие к ним.

1. Рассолом квашеной *капусты* или свежим соком из нее поят опьяненного алкоголем без ограничения до полного отрезвления.

2. Корень *копытня европейского* в виде настоя или от-

вара используют как противоалкогольное средство, смешивая отвар его с водкой для того, чтобы вызвать отвращение к спиртным напиткам, но больной об этом не должен знать.

Применение: 5 г корня варят 5—10 минут в стакане воды, по остывании отвара незаметно вливают в стакан водки и дают больному. Такая смесь вызывает рвоту и сильное отвращение к алкоголю.

3. Одно из народных средств от опьянения и алкоголизма для отрезвления людей, находящихся в состоянии сильного алкогольного опьянения.

Пример: мужчина в возрасте 45 лет пил с 27 декабря по 10 января. При осмотре он был мертвецки пьян. Ему дали 6 чайных ложек меда, через 20 минут еще столько же и затем еще столько же. Всего он получил 18 чайных ложек меда в течение 40 минут. Лечение продолжили: 3 дозы по 6 чайных ложек каждая давали через каждые 20 минут. На следующий день пациента осмотрели, т. к. он спал беспробудно 23 часа. Однако он выпил оставшийся в бутылке плоток алкоголя. Ему дали 3 дозы по 6 чайных ложек меда с интервалом в 20 минут, а затем яйцо всмятку. Через 10 минут он получил 6 чайных ложек меда. До завтрака он съел 4 чайных ложки меда, выпил стакан томатного сока и съел кусочек хорошо проваренного мяса. На десерт он получил еще 4 чайные ложки меда. Друг принес ему бутылку спиртного и поставил на стол за ужином, но он отодвинул ее и сказал, что больше не хочет пить, и никогда больше не пил спиртного.

Народная медицина считает, что страстное желание пить (пристрастие к спиртному) связано с недостатком калия в организме. Являясь прекрасным источником его, мед значительно уменьшает сильную жажду к спиртному (отвращает от него) и успешно выполняет процесс отрезвления (Д. С. Джарвис).

4. Споры или траву *плауна булавовидного* и др. видов в виде отвара принимают внутрь для лечения хронического алкоголизма.

Отвары: 2 ст. ложки спор заливают 2 стаканами воды, кипятят на медленном огне 10—15 минут, помешивая ложечкой; по остывании пьют по 1—2 ст. ложки отвара вме-

сте со спорами через каждый час. Если нет спор, то варят отвар из травы: 10 г травы кипятят, фильтруют с отжиманием травы и пьют по 1—2 ст. ложки теплого отвара через каждые 1—2 часа или когда у больного появляется желание выпить.

Отвары баранца быстро портятся, поэтому предпочтительно применять его непосредственно после приготовления. В холодильнике он может храниться не более 2 суток.

Необходимо помнить, что при передозировке препарата из баранца возможны боли в животе, редко обморочное состояние, коллапс, т.е. передозировка этих препаратов может привести к смертельному исходу.

5. Скипидар *терпентинового дерева* в народной медицине рекомендуют принимать внутрь при алкоголизме, начиная с 5 капель на ст. ложку или 1/4 стакана жидкости (вода, молоко), постепенно добавляя до 30 капель, а затем постепенно уменьшая это количество до нуля.

6. Травы *тимьяна ползучего* — 4 части, травы *полыни горькой* — 1 часть, травы *золототысячника* — 1 часть. Сбор в виде настоя пьют при тяге к алкоголю.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды в течение 2—3 месяцев.

7. Травы *полыни горькой* — 1 часть, травы *тимьяна ползучего* — 4 части, корня *дягиля лекарственного* — 1 часть.

Приготовление настоя, его прием и продолжительность см. № 6.

8. Травы *полыни горькой* — 2 ст. ложки, травы *зверобоя* — 2 ст. ложки, листьев *мяты перечной* — 2 ст. ложки, соцветий *тысячелистника* — 2 ст. ложки, травы *тимьяна ползучего* — 1 ст. ложка, корня *дягиля* — 1 ст. ложка, ягод *можжевельника* — 1 ст. ложка.

Настой: 4 чайные ложки хорошо промытого сбора настаивают час в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют вместо чая по стакану теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, при алкоголизме и добровольном желании избавиться от него. Курс лечения — 10 дней. Делают перерыв на 3—5 дней, при необходимости курс повторяют.

✦ **АНГИНА, ИЛИ ТОНЗИЛЛИТ ОСТРЫЙ** — острое инфекционное заболевание с наиболее выраженным местным воспалительным процессом лимфаденоидной ткани. Чаще поражаются небные миндалины, значительно реже встречается ангина носоглоточной и язычной миндалин. Она может стать причиной заболеваний почек, развития ревматизма, поражений суставов и т. д. Заражение возникает самостоятельно или при тесном контакте с больным ангиной и может возникнуть одновременно у нескольких членов одной семьи, у детей, посещающих детский сад или школу. Она чаще наблюдается ранней весной или осенью с неустойчивой температурой воздуха и может вызвать осложнения со стороны почек, сердца, суставов.

1. При этом заболевании оказывающему больному помощь не будет лишним при производстве лечебных процедур надеть на себя плотно закрывающую органы дыхания (нос и рот) *защитную маску*, состоящую из 2—3 слоев марли или 1—2 слоев чистого льняного полотна. Если маска рассчитана на многоразовое использование, к следующему дню (удобнее на ночь) ее следует хорошо выстирать, высушить, прогладить. Она готова к повторному применению.

2. Корневища *аира болотного* в виде отвара используют для полоскания полости рта при ангине, альвеолярной пиорее, ларингите и др. недугах.

Отвар: 1—2 чайные ложки корневищ настаивают 3—5 часов в стакане холодной воды. Кипятят 5 минут, иногда добавляют по вкусу мед и полощут полость рта теплым отваром.

3. Корень *аниса дикого* в виде настоя или отвара используют при полоскании полости рта и пьют при катаре верхних дыхательных путей, охриплем голосе и кашле.

Настой: чайную, иногда ст. ложку корней настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды. Фильтруют, добавляют по вкусу мед. Этим подогретым настоем полощут рот и горло. После полоскания пьют по 2—3 ст. ложки 3—5 раз в день, лучше до еды.

4. Клубни *ароника пятнистого* в виде настоя пьют при воспалении слизистых оболочек в полости рта и горла, при хриплом голосе и кашле.

Настой: чайную ложку корней настаивают 8 часов в стакане теплой воды и выпивают до еды за день глотками.

5. Траву *барвинка малого* в виде теплого настоя принимают внутрь при дурном запахе изо рта, в зубах и горле.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

6. Корень *бедренца камнеломкого* в виде настойки или настоя используют для полоскания и принимают внутрь при воспалении горла, голосовых связок, коклюше и кашле.

Настойка: 2 части корня на 5 частей водки, настаивают 7—10 дней и пьют по 30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и в теплом виде используют для полоскания рта.

7. Цветки *бузины красной (сибирской)* в виде горячего настоя используют для полоскания при ангине и др. воспалительных процессах в полости рта.

Настой: ст. ложка цветков настаивается час в стакане кипятка.

8. Траву *вербейника монетчатого* в виде настоя используют для полоскания при воспалительных процессах слизистой оболочки полости рта.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 3 часа в стакане кипятка, фильтруют, подогревают и полощут рот.

9. Кору *волчегородника обыкновенного* в виде настойки применяют при параличе мышц языка и ангине.

Настойка: 1 г коры настаивают 7—10 дней в 60 мл спирта или водки. Смоченной в этой настойке ваткой смазывают язык и горло 3—4 раза в день.

10. Корневища *горца змеиног (змеевика)* в виде горячего настоя используют для полоскания горла при воспалительных заболеваниях слизистой.

Настой: 10 г корневищ настаивают 3—4 часа в стакане теплой кипяченой воды.

11. Траву *гравилата городского* в виде теплого настоя используют для полоскания рта и горла при воспалительных процессах в полости рта и горла.

Его ценят как сильное антисептическое средство, оказывающее на кожу и слизистые оболочки местное раздражение, прижигающее и анестезирующее действие.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка.

12. Кору *дуба обыкновенного* в виде настоя или отвара используют для полоскания при воспалительных процессах в полости рта и горла (ангина, гингивит, стоматит и т. п.).

Отвар 1 : 10 заливают водой комнатной температуры с учетом потерь при кипячении, кипятят 10 минут, часто помешивая. Охлаждают, фильтруют и используют в теплом виде.

13. Листья *ежевика сизой* в виде сгущенного настоя или отвара используют для полоскания рта при ангине, стоматите и воспалении десен. Концентрация препарата произвольная.

14. Кору *ивы* (чаще *козьей*) в виде настоя используют для полоскания при ангине, гингивите, стоматите и воспалениях десен.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2 часа в стакане кипятка, подогревают, фильтруют и используют.

15. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде горячего настоя используют для полоскания при ангине, воспалении и язвах слизистой полости рта.

Настой: чайную или ст. ложку соцветий настаивают час в стакане кипятка. Полощут рот и горло теплым настоем в течение максимально долгого времени.

16. Обсахаренные плоды *кориандра посевного* (*кишнеца*) используют для устранения неприятного запаха изо рта путем продолжительного жевания.

17. Старинным народным средством при ангине является вдыхание *картофельного* пара.

Приготовление и применение: 1 часть свежих очистков картофеля на 8 частей воды варят в кастрюле с плотной крышкой. Когда картофель сварится, быстро снимают крышку, насыпают стакан заранее измельченного лука и добавляют стакан меда. Закрывают крышкой и снимают кастрюлю с огня. Быстро кладут больного в постель, укутывают теплым одеялом с головой. Рядом у изголовья

ставят табурет с кастрюлей, накрывают ее этим одеялом вместе с головой больного и снимают крышку, уговорив его дышать этим паром максимально долго, пока он полностью не остынет. После такой ингаляции его поят горячим чаем с медом и, не раскрывая одеяла, дают уснуть. После пробуждения можно считать, что ангины нет.

18. Траву *колокольчика скученного (сборного)* в виде настоя пьют и полощут рот при ангине и др. воспалительных процессах во рту и горле.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед, полощут теплым настоем рот и пьют по 1/3 стакана 3—4 раза в день.

19. Корни и корневища *кровохлебки лекарственной* в виде настойки и отвара используют для полоскания ротовой полости при ангине, гингивите, стоматите и различных кровотечениях во рту.

Настойка: 20—200 г для полоскания.

Отвар: 1—2 ст. ложки сырья варят 30 минут в стакане воды и в горячем виде используют для полоскания.

20. Траву *лапчатки гусиной* в виде настоя или отвара используют для полоскания при воспалительных процессах в горле и полости рта. Мазью из травы смазывают кровоточащие десны и горло при ангине.

Настой для полоскания: 15 г на 200 г кипятка.

Мазь: 10 г порошка из травы варят 5 минут в 1/2—1 стакане сливочного масла. В горячем виде ее фильтруют, и мазь готова.

21. Корневища *лапчатки прямостоячей (дикий калган)* в виде настоя или настойки используют для полоскания при ангине, гингивите и стоматитах.

Мазью из корневищ пользуются для смазывания горла и десен.

Приготовление и применение препаратов — см. № 20.

22. Семена *льна обыкновенного (посевого)* в виде горячего настоя используют для полоскания при ранах и изъязвлениях во рту.

Настой: 2—3 чайные ложки истолченных семян настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, фильтруют через плотное полотенце, подогревают — настой готов.

23. Мед с успехом применяется при лечении заболеваний верхних дыхательных путей, медовые ингаляции, аппликации и прием меда внутрь дают хорошие результаты. Для ингаляции используют 30%-ный раствор меда на воде. Для этого в чайник с небольшим количеством закипевшей воды добавляют 1—2 ст. ложки меда. Плитку выключают, а на носик чайника надевают резиновую трубку, через которую осторожно вдыхают пары воды и меда. Такие ингаляции при ангине следует проводить перед сном в течение 15—20 минут.

24. Корнеплод *моркови культурной* в виде свежеприготовленного сока из него используют для полоскания рта и горла при воспалительных процессах. Сок моркови, смешанный 1 : 1 с медом, рекомендуется принимать несколько раз в день при катаре верхних дыхательных путей.

25. Молодые листья *грецкого ореха* в виде сгущенного и горячего настоя используют для полоскания рта и горла при ангине, гингивите и зубной боли.

Настой: 20—200 г; настаивают час.

26. Плоды *поленика (княженика)* в виде пасты используют для полоскания и принимают внутрь при воспалительных процессах в ротовой полости как жаропонижающее и противоболевое средство.

Настой 1: 10—20 г плодов (в измельченном виде) настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, используют в горячем виде для полосканий.

Настой 2: 10 г измельченных плодов настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день, лучше до еды.

27. Траву *полыни горькой* в виде настоя используют для полосканий при плохом запахе изо рта.

Настой: 20—200 г, настаивают час и в теплом виде используют.

28. Траву *просвирника низкого (калачики)* в виде настоя с медом по вкусу принимают внутрь при воспалениях ротовой полости, охриплости голоса и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 1/2 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды.

29. *Прополис* в чистом виде по 3—5 г 3—5 раз в день продолжительно жуют, потом глотают; для лечения и профилактики заболеваний ротовой полости (ангина, гингивит, стоматит, боли в области зева и др.).

15—20%-ное прополисное масло сосут в течение продолжительного времени и медленно глотают; лечит также ангину, туберкулез горла, опухоли языка и многие другие заболевания.

Приготовление прополисного масла: 100 г сливочного (несоленого) масла доводят до кипения в эмалированной посуде, снимают с огня, кладут в него 15—20 г мелко перетертого очищенного прополиса и экстрагируют (создают однородную массу) путем тщательного промешивания смеси при температуре 80°C в течение 30—35 минут. Фильтруют через марлю и снова промешивают до полного остывания.

30. Корнеплод *редьки посевной (черной)* продолжительно жуют и соком смазывают горло: лечат ангину и паралич языка.

31. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя, иногда с медом по вкусу, используют для полоскания ротовой полости при ангине, стоматите и язвах во рту.

Настой: 1—2 ст. ложки соцветий настаивают час в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед, подогревают — и настой готов.

32. Траву *росянки круглолистной (солнечная трава)* и *росянки длиннолистной (английской)* в виде настойки и настоя пьют при заболеваниях верхних дыхательных путей (ангина, ларингит и др.).

Настойка: 30%-ная, на 40%-ном спирте, пьют по 15—20 капель на 1/2 стакана теплой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой: 1 ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день, лучше до еды.

33. Траву и корневища *сабельника болотного* в виде сгущенного настоя используют для смазывания десен при альвеолярной пиорее. Настой теплый, концентрация произвольная.

34. Траву *серпухи обыкновенной* в виде настоя используют для полоскания рта при ангине и др. воспалительных процессах различной этиологии.

Настой: 1 ст. ложка травы настаивается 3 часа в стакане кипятка. Фильтруется, подогревается, и теплым настоем полощут горло.

35. Траву *сочевичника весеннего* (*чины весенней*) в виде настоя используют для полоскания рта при ангине и др. воспалительных процессах ротовой полости.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в 1—2 стаканах кипятка. Фильтруют и используют в теплом виде.

Осторожно! Ядовито!

36. Цветочные корзинки и листья (без колючек) *та-тарника колючего* (*будяк*) в виде настоя пьют, полощут горло и рот при ангине, воспалении гортани, заболеваниях слизистой рта и языка.

Настой: 1 ст. ложка сырья настаивается 4 часа в стакане кипятка, пьют по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Теплым настоем полощут рот и горло.

37. В народной медицине при ангине (тонзиллите) полощут горло раствором *яблочного уксуса*: 1—2 чайных ложки на стакан. Рекомендуются полоскать горло теплым раствором каждый час. При этом набирают полный рот раствора, полощут рот и медленно глотают.

Считается, что при глотании раствора омывается задняя стенка горла, до которой не доходит раствор при полоскании. По мере уменьшения болевого ощущения в горле интервал между полосканиями может быть увеличен до 2 часов.

Таким способом можно вылечить стрептококковую ангину за сутки.

38. Луковица *чеснока посевного* в народной медицине используется для лечения ангины, туберкулеза и др. заболеваний горла.

Применение: зубок чеснока держат (посасывая сок) во рту максимально долгое время с последующим многократным повторением. Цель — сок и эфирные испарения сока обволакивают горло и лечат заболевание.

Противопоказано применение чеснока и его препаратов при гиперацидных гастритах и др. недугах.

39. Листья *шалфея лекарственного* в виде настоя используют для полоскания рта при ангине, ларингите и стоматите.

Настой — горячий, концентрация — максимальная.

40. Корневищ *аира* — 10 г, листьев *шалфея лекарственного* — 8 г, коры *дуба* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г, сбор настаивают час в литре кипятка, фильтруют и используют для полоскания ротовой полости при опухлях языка (иногда и трещинах на нем) с ознобом, повышенной температурой и при затрудненном глотании.

41. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* — 10 г, соцветий *календулы* — 15 г, корневищ *лапчатки гусиной* — 10 г, цветков *сердцевидной липы* — 20 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют и в подогретом виде используют для полоскания рта при ангине, рините и тонзиллите.

42. Травы *барвинка малого* — 10 г, травы *гравилата горного* — 15 г, коры *дуба* — 10 г, цветков *липы* — 15 г, цветков *ромашки аптечной* — 20 г.

Приготовление, применение и назначение — см. № 41.

43. Цветков *бузины черной* — 20 г, листьев *ореха грецкого* — 10 г, цветков *ромашки аптечной* — 20 г, цветочных корзинок (без колючек) *татарника* — 10 г, листьев *шалфея* — 20 г.

Приготовление, применение и назначение — см. № 41.

44. Цветков *бузины черной* — 20 г, травы *гравилата горного* — 15 г, соцветий *календулы* — 20 г, цветков *липы сердцевидной* — 20 г, листьев *ореха грецкого* — 15 г.

Приготовление, применение и назначение — см. № 41.

45. При хронической ангине, когда многие рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, ему следует сделать несколько инъекций его стерилизованной мочи по 2—3 мл (детям, в зависимости от возраста, меньше — 0,3—0,5 мл) 3—5 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции намного ускоряют выздоровление и воспрепятствуют возникновению рецидивов.

❖ **АНЕМИЯ** — патологическое состояние организма, характеризующееся уменьшением количества гемоглобина и эритроцитов в крови. Анемия может развиваться в результате острых, хронических кровопотерь, из-за нарушения функции костного мозга (основного кроветворного органа), дефицита железа, фолиевой кислоты и многого другого.

1. Свежие плоды *айвы* содержат значительное количество железа, поэтому их следует употреблять при малокровии.

Приготовленную из плодов 30%-ную настойку пьют по 15—20 капель на ст. ложку воды 3—4 раза в день при анемии и малокровии.

2. Корневища *аира болотного (обыкновенного)* в виде настоя или порошка принимают внутрь при анемии, гриппе и др. недугах.

Настой: 2—3 г корневищ настаивают 1—2 часа в стакане теплой кипяченой воды, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

3. Сироп из сока листьев *алоэ* с железом. В состав препарата входят: 20%-ный раствор хлорида окиси железа — 100 мл, 10%-ный раствор соляной кислоты — 15 мл, порошок лимонной кислоты — 0,4 мл, сок листьев *алоэ* — 1000 мл. Хорошо promешанная, слегка мутная сиропообразная жидкость от светло-оранжевого до бурого цвета, кислой реакции, горьковато-сладкого металлического вкуса.

Препарат принимают по 30—40 капель в 1/4 стакана воды 3—4 раза в день при анемии средней и тяжелой степени, возникающей на почве острых кровопотерь, геморрое и др. причин.

4. *Арбуз* используется в диетотерапии без ограничения при анемии, диабете и др. заболеваниях.

5. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя пьют при анемии как источник железа и средство, нормализующее работу сердечно-сосудистой системы.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день за час до еды.

6. Траву *барвинка розового* в виде настоя пьют при анемии, лейкозе у детей и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

7. Листья и семена *болиголова пятнистого* в виде настойки пьют каплями при анемии, малокровии, как болеутоляющее средство при различных болях, возникающих в желудочно-кишечном тракте.

Настойка: 2 части сырья на 4 части 96°-ного спирта, настаивают 15 дней. Принимают по 2 капли этой настойки на ст. ложку воды не более 5 раз в день.

Сильно ядовито!

8. Траву *волчеца кудрявого* в виде настоя пьют при анемии и как средство, стимулирующее нервную систему.

Настой: 1/5—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана настоя 3—4 раза в день за час до еды.

9. Все растение (траву и корневища) *горца птичьего* в виде настоя пьют при хронической анемии и многих других заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа и более в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакан настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Все цветущее растение *земляники лесной* в виде настоя, отвара (чая) пьют при анемии, белокровии, малокровии и многих других заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2—3 стаканах кипятка и пьют с медом по вкусу (как чай) без строгой дозировки.

11. Траву *золототысячника зонтичного (малого)* в виде настоя или порошка принимают внутрь при анемии, малокровии и многих других заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день за 90 минут до еды.

Порошок из травы принимают по 1—2 г 3—4 раза в день, запивая теплой водой.

12. Листья *калужницы болотной* в виде настоя пьют в малых дозах при анемии, малокровии и др. заболеваниях.

Настой: 5 г листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Кору корней *каперсника колючего* в виде настоя или настойки пьют при очень многих заболеваниях, в том числе и как средство, улучшающее состав крови (увеличение тромбоцитов в крови).

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день за час до еды, на ст. ложку теплой кипяченой воды.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, пьют по 30 капель 3—4 раза в день до еды.

14. Цветки, иногда и кору молодых ветвей *каштана обыкновенного* в виде настойки, настоя или отвара пьют при анемии, белокровии, заболеваниях сердца и многих других недугах.

Настойка: 50 г цветков настаивают 10—15 дней в 0,5 л водки и пьют по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день за час до еды. 15—20 г цветков или коры настаивают в стакане кипятка 2—3 часа и пьют по ст. ложке настоя 4—6 раз в день до еды.

15. Соцветия (с верхушечными листьями) *клевера лугового (красного)* в виде настоя пьют при упадке сил, анемии, малокровии и многих других заболеваниях.

Настой: 20 г сырья настаивают час в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2—3 ст. ложки или по 1/2 стакана 3—4 раза в день за час до еды.

16. Траву или корни *крапивы двудомной* в виде настоя пьют при анемии, малокровии как средство, способствующее повышению содержания гемоглобина и увеличению количества эритроцитов в крови.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

17. *Маточное (пчелиное) молочко* в малых дозах кладут

под язык (подязычный прием), предварительно почистив рот, как рекомендовано в разделе «Печень», и держат до полного рассасывания или принимают внутрь в виде смесей в мед, алкоголь как средство, стимулирующее кроветворение и повышение гемоглобина в крови.

Применение: нативное (свежее) молочко — 20—30 мг (на кончике ст. ножа) кладут под язык и держат до полного там рассасывания за час до еды 3—4 раза в день.

10 г молочка смешивают на водяной бане со 100 г меда и кладут смесь по 10—100 мг под язык до полного рассасывания (не сосать, не жевать, а ждать полного растворения) за час до еды 3—4 раза в день.

Настойка на водке: 1 : 20, принимают по 10 капель на ст. ложку теплого молока, воды или чая.

18. Мед, лучше темного цвета, является хорошим средством против анемии различных степеней. Доказано, что чем темнее мед, тем он богаче минеральными веществами, усиливающими его целебные свойства.

При данном недуге назначают по 40—60 г меда 3—4 раза в день, лучше до еды и в смеси 1 : 2 с козьим молоком.

19. Траву мокрицы (звездчатки средней) в виде настоя пьют как общеукрепляющее и тонизирующее средство при анемии и малокровии.

Настой: 2 ст. ложки настаивают час в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день за час до еды.

20. Корень моркови дикой в виде настоя пьют при анемии и малокровии.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Корнеплод моркови культурной в виде свежеприготовленного сока рекомендуют как поливитаминное средство при гипо- и авитаминозах, физическом истощении, анемии и малокровии.

Назначают по 100—200 мл свежеприготовленного сока 3 раза в день до еды.

22. Траву *настурции* в виде настоя пьют при анемии, малокровии и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки или по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

23. Траву *пикульника (жабрея) пятнистого* в виде настоя пьют при анемии, лейкемии, легочных и многих других заболеваниях.

Настой: 3 чайных ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Многочисленные опыты показывают, что *прополис* оказывает положительное действие на баланс гормонов. Отмечается улучшение состояния больных, страдающих белокровием, т. к. прополис стимулирует образование красных кровяных шариков. Полезно принимать прополис при любых анемиях, лейкемиях и малокровии.

Применение: принимают прополис по 1/2 чайной ложки до еды, жуя его продолжительное время, потом глотают; 3—5 раз в день.

25. Свежие плоды *рябины красной* в виде сока или сиропа из них принимают внутрь как поливитаминное средство со значительным содержанием каротина в них. Назначают препараты рябины при гипо- и авитаминозах, анемии и малокровии.

Применение: свежавыжатый сок из плодов пьют по ст. ложке 3—5 раз в день, можно с медом по вкусу, до еды.

Настой: 1 ст. ложку сухих измельченных плодов и 1 ст. ложку измельченных плодов шиповника настаивают час в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

26. *Свеклу обыкновенную (красную)* принимают внутрь в виде свежеприготовленного сока или в смеси с соками др. растений по 1/2 стакана 3—5 раз в день до еды при анемии, малокровии и др. недугах.

27. Траву *серпухи обыкновенной (венценосной)* в виде настоя пьют при анемии, малокровии, сердечных и др. заболеваниях.

Настой: 1 ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в 1/5 стакана кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

28. Лист *смородины черной* в виде настоя пьют при общем недомогании, мышечной слабости, анемии и малокровии.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раза в день, лучше до еды.

29. Траву *сушеницы лесной* в виде настоя пьют при анемии, общей слабости, неврозах и др. недугах.

Настой: 1 ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

30. Плоды *тутового дерева (шелковицы)* в любом виде показано принимать внутрь при анемии, особенно железодефицитной, наступающей после кровопотери и при вялости кроветворных органов. Для лечения лучше использовать черные плоды (ягоды), принимать без ограничения.

31. Траву (цветки и листья) *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя (или в комплексе с др. растениями) принимают внутрь как сильнейший коагулянт при кровопотерях, анемиях и др. недугах.

Настой: 1 ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

32. Употребление *зеленого чая* в виде сгущенного настоя способствует улучшению здоровья при анемии, лейкемии и сердечной недостаточности, происходящих в результате отравления организма стронцием—90. Его заваривают круто и пьют без ограничения с медом по вкусу.

33. Свежие *яблоки* используют в диетотерапии при анемии и малокровии, особенно железодефицитной анемии, а также при неблагоприятном воздействии радиации на организм. В день рекомендуется съедать по 500 г яблок, а если зубы не в порядке, то в перетертом виде. После приема яблок нельзя пить чай в течение 1—2 часов.

34. *Пыльца* цветков, собранная (к примеру) пчелами, в виде сухих таблеток или настоя на воде с медом, а также и на молоке, оказывает хороший лечебный эффект при злокачественной анемии, воспалений мозга и др. недугах.

Применение: (к примеру) 180 г меда, 50 г пыльцы и 800 мл воды. Мед растворяют в теплой кипяченой воде и, непрерывно размешивая эту смесь, прибавляют понемногу пыльцу, тщательно помешивая. Затем смесь оставляют на несколько дней в темном месте при комнатной температуре до появления ферментации. Смесь имеет приятный вкус и аромат и употребляется по 3/4 стакана 3—4 раза в день до еды. Перед употреблением ее необходимо каждый раз хорошо размешивать. Этого количества достаточно на 6 дней.

35. Травы *зверобоя* — 3 ст. ложки, цветков *яснотки* — 2 ст. ложки, листьев *ежевика* — 5 ст. ложек. Весь сбор настаивают 3 часа в 2 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют в горячем виде, как чай, по 3 стакана в день при анемии и малокровии.

36. Сока *столовой (красной) свеклы* — 25%, сока *моркови культурной* — 75%. Свежеприготовленные соки из корнеплодов смешивают и принимают по 1/2 стакана 2—3 раза в день. Иногда принимают 40% свекольного и 60% морковного соков, но обязательно свежеприготовленных. При анемии и малокровии.

37. Сока *свеклы красной (столовой)* — 50%, сока *редьки черной (посевной)* — 50%. Свежеприготовленные соки смешивают, сливают в темную бутылку, которую обмазывают тестом, но так, чтобы бутылка не была плотно закупорена и жидкость могла испаряться; ставят в духовку на 3 часа томления сока. Принимают смесь по ст. ложке 3—4 раза в день до еды как радикальное средство при анемии и малокровии.

38. Кочерыжки *капусты огородной* — 50 г, корня *лопуха большого* и др. видов — 30 г, *моркови культурной* (корнеплод) — 20 г. Свежеперетертые через терку компоненты смешивают в однородную массу, добавляют по вкусу мед и принимают внутрь по 2—3 ст. ложки смеси 3—5 раз в день за час до еды для профилактики и лечения злокачественной анемии.

39. Кочерыжки *капусты* — 30 г, корня *лопуха большого* и др. видов — 30 г, корнеплода *моркови культурной* — 20 г,

корнеплода пиона уклоняющегося — 20 г. Перетертые через терку компоненты смешивают в однородную массу, добавляют в смесь по вкусу мед и принимают по 2—3 ст. ложки 3—5 раз в день за час до еды при анемии и др. заболеваниях, истощающих организм.

40. При анемии, лейкемии и малокровии, когда вышеизложенные рекомендации не приносят результата, следует прибегнуть к *уринотерапии*. Больного переводят на полное голодание в течение 3—5—7 недель с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день мочи и отстоянной воды. Если он физически истощен, то допускается кормить его 1 раз в день небольшой порцией перетертых овощей и фруктов или салатом из них, но обязательно с приемом мочи, как указано выше — по стакану 3—5 раз в день.

Обязательным условием этой терапии является продолжительный массаж (растирание) всего тела мочой в течение двух часов и более 2—3 раза в день от шеи до ступней и пальцев ног. Если количества мочи для растирания тела у больного недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола. После такого растирания на поверхность тела накладывают компрессы, состоящие из пропитанной мочой больного, сложенной 3—4 раза простыни, постоянно увлажняемой по мере высыхания. Эти компрессы держат продолжительное время, лучше до следующего растирания.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, и ее необходимо продолжать до полного выздоровления. Оно может быть значительно сокращено, если перед выполнением этой рекомендации больной произвел полную и тщательную очистку своего кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету, потом на легкоусвояемую и обычную, лучше вегетарианскую пищу.

41. При анемии, лейкемии и малокровии (заболеваниях системы крови), когда больной не может пить свою мочу (хотя это весьма желательно), ему, продолжая пост,

делают инъекции его стерилизованной мочи по 1—2—3 мл (детям, в зависимости от возраста, — 0,3—1,0—1,5 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Полезны также инъекции и тем, кто принимает свою мочу. Они намного ускоряют исцеление организма при любых недугах.

❖ **АНТИАЛЛЕРГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА.** Аллергия — способность организма реагировать на внешние (химические вещества, бытовую пыль, пыльцу некоторых растений и т. д.) и внутренние раздражители (пищевые продукты, нарушения функций желудочно-кишечного тракта и многие инфекционные заболевания внутренних органов). Причинами аллергии, кроме того, могут быть индивидуальное и наследственное предрасположение, климатографические факторы, нервные и эндокринные нарушения, условия быта.

1. Корневища *аира болотного* в виде порошка, смешанного 1 : 1 с медом, принимаемого внутрь, весьма полезны при крапивнице и др. аллергических заболеваниях. Следует съедать (выпивать) 6 г смеси регулярно на ночь.

2. Кору корней *каперсов колючих* в виде отвара пьют как достаточно активное антиаллергическое средство, восстанавливающее обмен веществ в организме и тем самым устраняющее заболевание.

Отвар: 20 г коры или измельченного корня варят 10—15 минут в стакане воды и пьют по 1—2 ст. ложки отвара 3 раза в день до еды.

3. Все растение (или надземную часть) *крапивы жгучей* в виде настоя пьют при аллергических заболеваниях (ангионевротических отеках кожи и слизистых оболочек, при поллинозе и крапивнице).

Настой: 2—3 ст. ложки настаивают час и более в 0,5 л кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

4. *Медовые соты* (или крышечки от рамок с медом) продолжительно жуют как антиаллергическое средство. Целебными свойствами при этом обладает воск сотов, из

которых откачали мед. Лучше жевать сотовый мед, но если достать его невозможно, положительные результаты могут быть получены при употреблении за каждой едой ложки меда на десерт.

5. Цветочные корзинки *ромашки аптечной* в виде настоя пьют как противоаллергическое средство и средство, ускоряющее процессы регенерации.

Настой или чай: 15 г или 2—3 ст. ложки цветков настаивают час в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед или сахар и пьют без ограничения — как чай.

6. *Ряску маленькую* в виде порошка из нее с медом принимают внутрь, иногда настойку из нее на водке пьют как антиаллергическое средство, уменьшающее чувствительность организма к воздействию различных непереносимых организмом веществ.

Порошок ряски с медом 1 : 1 принимают по 1—3 г смеси 3—5 раз в день до еды.

Настойка: ст. ложку настаивают 2—3 дня в стакане водки и пьют по 20—30 капель настойки в день до еды.

7. Корневища *солодки голой* в виде настоя или отвара пьют при аллергических и мн. др. заболеваниях.

Настой: 15—20 г корневищ настаивают час в стакане кипятка и пьют по ст. ложке 4—5 раз в день до еды. Отвар: 1—2 чайные ложки корня варят 15 минут в стакане воды и пьют по ст. ложке 4—5 раз в день до еды или выпивают все за день глотками.

8. Травя *череды трехраздельной* в виде настоя обладает антиаллергическими свойствами, ее пьют при нарушении обмена веществ, болезнях крови, кожных и многих других заболеваниях.

Настой № 1: 4—5 ст. ложек травы настаивают ночь в литре кипятка, иногда кипятят 10 минут и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой № 2: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по ст. ложке настоя 4—5 раз в день, лучше до еды.

9. При частых аллергических заболеваниях, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, следует сделать ему несколько

ко инъекций собственной стерилизованной мочи по 1—2 мл 5—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции быстро устранят заболевание и воспрепятствуют возникновению рецидивов.

✦ **АНТИКОАГУЛЯНТЫ** — средства, обладающие способностью задерживать свертывание крови. Они используются при атеросклерозе, инфаркте легких и миокарда, тромбофлебите и многих др. заболеваниях.

1. Листья и корни *белокопытника гибридного* и др. видов в виде настоя пьют как антикоагулянт и хороший спазмолитик.

Настой: ст. ложку сырья настаивают час и более в стакане кипятка и пьют 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Семена и траву *галеги лекарственной (козлятника)* в виде настоя пьют как антикоагулянт.

Настой: ст. ложку сырья (лучше семян) настаивают 1—2 часа в 1—2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Траву *донника лекарственного* в виде настоя пьют как антикоагулянт и антивитамин К₁. Применяется при атеросклерозе, инфаркте, тромбофлебите и др. заболеваниях.

Настой: 2 чайные ложки или 1 ст. ложку настаивают 2—3 часа в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана настоя 2—3 раза в день до еды.

✦ **АНТИРАДИАНТЫ** — доступные средства, способствующие выведению из организма радионуклидов, стронция, цезия и прочих радиоактивных элементов.

1. Биостимулированный сок (эмульсию) *алоэ древовидного* или его экстракт используют при лучевых поражениях кожи, при любой локализации опухоли с образова-

ем язв, сопровождающихся сильными болями и упорно не поддающихся лечению. Сок содержит биогенные стимуляторы, повышающие сопротивляемость организма и усиливающие обмен веществ.

Приготовление препаратов. Свежесрезанные зеленые листья алоэ промывают холодной водой и выдерживают в темноте при температуре $+6...+8^{\circ}\text{C}$ в течение 12—15 суток, после чего из них выжимают сок. Этот, уже биостимулированный, сок используют наружно (иногда и принимают внутрь) и хранят в темном прохладном месте.

Сок алоэ принимают по $1/2$ —1 чайной ложке в $1/2$ стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день за 30 минут до еды.

Принимают порошок по $1/2$ —1 чайной ложке 3—4 раза в день, запивая теплым молоком.

Наружно препараты из алоэ в виде повязок на пораженные язвами участки кожи.

2. Корень *барбариса обыкновенного* в виде настойки принимают при сильном физическом истощении неясного происхождения.

Настойка: 20—30%-ная, пьют по 30—50 капель на $1/2$ стакана теплого молока, чая или кипятка.

3. Свежий сок *капусты огородной* пьют, кочерыжки едят без ограничения (максимум) больные, подвергшиеся радиоактивному облучению. Свежий сок принимают по 1—2 стакана 3—5 раз в день до еды.

4. Листья и корни *крапивы двудомной* в виде настоя используют как средство, способное ускорять регенерацию поврежденных облучением тканей.

Настой: 20 г сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по $1/2$ стакана настоя 3—5 раз в день до еды, а наружно из этого настоя делают примочки или компрессы на поврежденную поверхность кожи.

5. Плоды *мордовника обыкновенного (шароголового)* в виде настоя или настойки назначают при лечении последствий хронического лучевого воздействия.

Назначают 1—2%-ный раствор на воде или водке от 10 до 30 капель. 2—3—5 капель на ст. ложку воды 2—4 раза в день до еды.

6. Листья *ламинарии обыкновенной* (*морской капусты*) в виде порошка или настоя принимают внутрь без строгого ограничения как средство, способствующее выведению из организма радиоактивных элементов: цезий, стронций и др.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день. Если нет противопоказаний к применению, то лучше до еды, запивая теплой кипяченой водой.

7. Плоды (или масло из них) *облепихи крушиновидной* принимают внутрь и используют наружно при лучевом поражении слизистой желудочно-кишечного тракта и кожи.

Масло из плодов назначают внутрь по 1/2 ст. ложки 3—4 раза в день до еды, наружно его используют в виде легкого (безболезненного) обтирания или повязок.

8. *Прополис* в чистом виде или его препараты (масло, настойку, реже настой) принимают внутрь и используют наружно при лучевых поражениях внутренних органов и кожи. Прополис и его препараты оказывают положительное воздействие на иммунную систему и баланс гормонов всего организма.

Лечение будет более эффективным, если больной пользуется чистым прополисом, продолжительное время жуя его, потом глотая, по 5—7 г 3—5 раз в день, задолго до еды.

Спиртовой экстракт: 20—30—35%-ный, по 20—55 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день за 60—90 минут до еды.

Прополисное масло: 1 кг сливочного (несоленого) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают кастрюлю с огня и кладут в нее 200, 300, лучше 500 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагирование (создание однородной массы) производят путем тщательного promeshивания этой смеси в течение 20—30 минут при температуре 80°C. В теплом виде фильтруют через марлю, продолжая promeshивать до полного остывания, — и масло готово. Принимают его по ст. ложке, долго посасывая, 3—5 раз в день, задолго до еды.

9. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя или чая пьют и используют наружно при внутренних воспалениях.

ях, возникших в результате облучения радио- и рентгеновскими лучами, а также кожных.

Настой: 10 чайных ложек соцветий настаивают 8 часов в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз до еды.

10. Корень *свинчатки европейской (свинцовка)* в виде масла применяют наружно при лучевой болезни кожи.

Масло: 30 г порошка из корня настаивают 10 дней в 10 мл подсолнечного масла и смазывают опухоли на коже.

11. Траву *сушеницы болотной* в виде масляных настоев применяют наружно для лечения труднозаживающих ран, ожогов, поражений кожи рентгеновскими и др. лучами.

Настой: ст. ложку травы настаивают 10 дней (ежедневно взбалтывая) в стакане подсолнечного масла. Фильтруют и используют как примочку или повязку.

12. Свежие яблоки используют в диетотерапии при неблагоприятном воздействии радиации на организм и назначают при анемии и малокровии, особенно с дефицитом железа.

В день рекомендуется съедать по 500 г яблок, а если зубы не в порядке, то в перетертом виде. После приема нельзя пить чай в течение 1—2 часов.

13. *Пектины*, получаемые из яблок, свекольного жмыха, морских и др. растений, принимают внутрь как очень эффективное средство при лечении лучевых поражений, как средство, эффективно выводящее из организма тяжелые металлы; благодаря пектинам повышается сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям.

Настой: 1/2 чайной ложки порошка пектина настаивают 2—3 минуты в полном стакане теплого чая, кипятка или компота. Хорошо размешивают ложечкой и сразу все выпивают за час до еды. На полный курс лечения необходимо 1,5—2 кг чистого пектина.

14. При многих заболеваниях, вызванных облучением, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, необходимы инъекции стерилизованной мочи больного по 1—2 мл 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции быстро устраняют заболевание и воспрепятствуют возникновению рецидивов.

✦ АНТИСЕПТИЧЕСКИЕ (противопаразитные) СРЕДСТВА

1. Корневища *аира болотного* (эфирное масло из них) обладают антисептическими свойствами, т. е. убивают стрептококков и др. паразитов.

Настой: 10—15 г корневищ настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 4—5 раз в день за час до еды.

2. Листья *березы белой* в виде настоя пьют как антисептическое, мочегонное и уменьшающее отеки средство.

Настой: 1 ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 4—5 раз в день за час до еды.

3. Листья *брусники обыкновенной* в виде настоя пьют как антисептическое, мочегонное и вяжущее средство.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Корень *василистника желтого* в виде настоя пьют как антисептическое, жаропонижающее, противовоспалительное, мочегонное и слабительное средство. Препараты василистника назначают при желтухе, малярии, эпилепсии и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и в теплом виде выпивают за день глотками.

Строгая дозировка!

5. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настоя или настойки пьют и используют наружно как антисептическое, антибактериальное и регенеративное средство при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, болезнях печени и желчного пузыря. Наружно — при различных воспалениях кожи, ожогах, ранах и язвах.

Настой: 20 г травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25—30%-ная, используют наружно в виде орошений и примочек.

6. Соцветия *календулы обыкновенной (ноготков)* в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют на-

ружно как сильное антисептическое средство, по антисептической силе не уступающее сулеме. Используют эти препараты при заболеваниях желудочно-кишечного тракта; наружно — при лечении длительно не заживающих ран, язв, ожогов и обморожений. Для спринцеваний — при трихомонадных кольпитах 30%-ным настоем из соцветий.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают час в 0,5 л кипятка, пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, и используют наружно в виде примочек, орошений и повязок.

Настойка: 10—20%-ная на 40°-ном спирте.

7. Соцветия (с верхушечными листьями) *клевера лугового, красного* в виде настоя пьют как антисептическое средство при простудных заболеваниях и истощении.

Настой: ст. ложку сырья настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Траву *мокрицы (звездчатки средней)* в виде настоя пьют как антисептическое, общеукрепляющее и тонизирующее средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при болезнях сердца, печени, легких и др.

9. Траву или корни *полыни обыкновенной (чернобыльника)* в виде сгущенного настоя используют наружно как антисептическое и регенеративное средство при ранах, язвах, ожогах и др. кожных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и используют наружно в виде орошений, примочек или повязок.

10. Цветочные корзинки *ромашки аптечной* в виде порошка, настоя или чая принимают внутрь при многих заболеваниях внутренних органов, в том числе и как антисептическое средство.

Порошок принимают по 0,2 г (1/2 чайной ложки) 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: 4 ст. ложки соцветий настаивают 2—3 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют

по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, или как чай — без ограничения.

11. Листья *толокнянки обыкновенной (медвежьей ушки)* в виде настоя принимают внутрь как антисептическое средство для мочевых путей, при циститах, пиелитах, уретритах и др. воспалительных процессах.

Настой: ст. ложку листьев настаивают ночь в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

12. Почки *тополя черного* и др. видов в виде настойки или настоя пьют как антисептическое и диуретическое средство при болезнях почек и мочевого пузыря. Препараты из них оказывают антисептическое действие на слизистую оболочку бронхов, разжижают мокроту при хроническом бронхите с гнойной секрецией.

Настойка: 10—20%-ная на 40°-ном спирте, пьют по 50 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой: 2 чайные ложки измельченных почек настаивают 2—3 дня в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день за час до еды.

✦ АППЕТИТ ВОЗБУЖДАЮЩИЕ СРЕДСТВА

1. Корневища *аира болотного* в виде настоя, настойки или порошка принимают внутрь как средство, повышающее возбудимость к вкусовому раздражению и усиливающее рефлекторное отделение желудочного сока, особенно у больных с пониженной секрецией желудочного содержимого.

Настой: ст. ложку (10—15 г) корневища настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, настаивают 7 дней и пьют по 1/2—1 чайной ложке настойки 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

Порошок принимают по 0,5—2 г 3 раза в день до еды.

2. Свежеприготовленный сок из листьев *алоэ древовид-*

ного в малых дозах возбуждает аппетит, принимают его по 3—4 капли на ст. ложку воды 3 раза в день за час до еды.

3. Траву или корневища *борщовника рассеченного* в виде настоя пьют как средство, возбуждающее аппетит.

Настой: 2—3 чайных ложки корня настаивают 8 часов в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды; или 2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

4. Листья *вахты трехлистной (трифоли)* в виде настоя пьют как горечь для возбуждения аппетита, повышения секреции пищеварительных желез, как средство, улучшающее перистальтику желудка и кишечника и улучшающее пищеварение.

Настой: 5—10 г листьев настаивают 8 часов в стакане кипятка, пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

5. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при катаре желудка, отсутствии аппетита и др. заболеваниях.

Настой: 1 чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день за час до еды.

6. Все растение *вороньего глаза четырехлистного* в виде настойки принимают внутрь как средство, возбуждающее аппетит и усиливающее перистальтику кишечника, используют настойку и при туберкулезе легких.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте. В стакане воды разводят 2 чайные ложки настойки и пьют по ст. ложке смеси каждые 2 часа, но не более 1 стакана в течение дня.

Растение ядовито, особенно ягоды и корневища!

7. Корень *горечавки желтой* или *горечавки шероховатой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при расстройстве пищеварения, сопровождающемся ахилеей и диспептическими явлениями, как средство, возбуждающее аппетит при вялости кишечника и запорах.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1 — 2 ст. ложки настоя 3 раза в день за 30 минут до еды.

Настойка: 50 г корней настаивают 8 дней в 0,5 л водки

и пьют по 30—40 капель на $\frac{1}{3}$ стакана воды 3 раза в день за 30 минут до еды.

8. Все растение в стадии цветения *дубровника пурпурного* в виде настоя рекомендуется для повышения аппетита, улучшения пищеварения, при болях в желудке и кишечнике, изжоге, отрыжке и т. д.

Настой: 4 чайные ложки сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

9. Траву *душицы обыкновенной* в виде настоя пьют как средство, возбуждающее аппетит при гипо- и анацидных гастритах, атонии кишечника, сопровождающейся запором.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по $\frac{1}{2}$ стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Траву *золототысячника зонтичного (малого)* в виде настоя пьют как горечь для возбуждения аппетита и усиления функции органов пищеварения и как желчегонное средство.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3 раза в день за полтора часа до еды.

11. Траву *зубровки душистой* в виде настоя принимают внутрь для возбуждения аппетита и усиления деятельности желудочно-кишечного тракта.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3 раза в день за час до еды.

12. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде, в смеси с медом или алкоголем используют подязычно (реже принимают внутрь) при отсутствии аппетита, физическом истощении, старческой слабости и многих других недугах.

Применение: 20—30 мг (на кончике ст. ножа) маточного молочка кладут под язык 3—4 раза в день за час до еды и держат до полного растворения.

13. Сок из незрелых (молочных) плодов или околоплодников *ореха грецкого* принимают внутрь для возбуждения аппетита и прекращения рвоты, особенно у «безнадежных» больных, когда многие средства испробованы, а положительного результата нет. Иногда для этих целей используют настой из зеленых, свежих листьев этого ореха.

Свежеприготовленный сок молочных орехов назначают по 1/2—1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Настой: 2—3 ст. ложки свежеизмельченных листьев настаивают в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

14. Траву или все растение *очанки прямостоячей (глазная трава)* в виде настоя или порошка принимают внутрь при отсутствии аппетита, нарушениях пищеварения и др. недугах.

Настой: 30—50 г сырья настаивают час в литре кипятка и пьют по 2/3 стакана настоя 3—5 раз в день за час до еды.

Порошок из сырья принимают внутрь по 2—3 г 3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, за час до еды.

15. Цветущие корзинки молодого *подсолнечника* (иногда листья его и язычковые цветки) в виде настойки принимают внутрь как горечь для возбуждения аппетита.

Настойка корзинок: срезают молодую корзинку, когда семечки их начинают созревать, измельчают на мелкие кусочки и заливают водкой (20 г — 300 мл), настаивают 7—10 дней и пьют по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день за час до еды.

Настойка цветков и листьев: 20%-ная, принимают по 20—30 капель 3 раза в день до еды.

16. Цветущую траву *полыни обыкновенной (чернобыльник)* в виде настоя пьют как средство, повышающее аппетит и улучшающее пищеварение, действует спазмолитически и успокаивающе.

Настой: 3 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в 1/2—1 стакане кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана настоя 3 раза в день за час до еды.

17. Корни *сельдерея пахучего* в виде настоя из свежих корней пьют как средство, вызывающее аппетит и способствующее пищеварению.

Настой: 2 ст. ложки свежеизмельченных корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, лучше до еды.

Сок из свежих корней пьют по 1—2 чайные ложки 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

18. Семена *сумаха дубильного* в виде настоя пьют при

заболеваниях, истощающих организм, с резким ухудшением аппетита, многих кишечных и др. заболеваниях.

Настой: чайную ложку измельченных семян настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

19. Плоды *тмина обыкновенного* в виде порошка принимают внутрь по 2—4 г за час до еды, запивая теплой кипяченой водой для возбуждения аппетита.

20. Траву (соцветия и листья) *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя пьют как средство возбуждения центров секреторных нервов желудка, при отсутствии аппетита, желудочных и кишечных коликах, а также кровотечениях.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают час и более в стакане кипятка и выпивают до еды за день глотками.

21. Траву *чабреца (тимьяна ползучего)* в виде настоя пьют при отсутствии аппетита, нарушениях пищеварения, при болях, спазмах и коликах в желудке.

Настой: 10 г (1 ст. ложку) травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

22. Травы *золототысячника* — 6 г, травы *полыни горькой* — 30 г, листьев *трилистника водяного* — 60 г, корневищ *аира* — 30 г, кожуры *мандарина* — 15 г.

Все измельченное и смешанное сырье настаивают 12 дней в литре 40°-ного спирта и принимают по 10—20 капель настойки на ст. ложку воды 3—4 раза в день за час до еды при ахилии желудка, для повышения аппетита и улучшения пищеварения.

23. Травы *золототысячника* — 2 г, травы *зверобоя* — 2 г, травы *горечавки перекрестнолистной* — 2 г, травы *тысячелистника* — 2 г, корня *цикория* — 3 г, травы *дымянки* — 4 г.

Весь сбор заливают литром сырой воды, настаивают ночь. Утром кипятят 5—7 минут, настаивают 30 минут, выпивают все за день в 5 приемов натошак; утром — 1 стакан и в течение дня — 4 раза по 1/2 стакана при отсутствии аппетита, катарах желудка с пониженной кислотностью и др. недугах.

24. Травы *полыни горькой* — 4 ст. ложки, соцветий *тысячелистника* — 1 ст. ложка.

Настой: 1—2 чайные ложки смеси настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день за час до еды, при отсутствии аппетита.

25. Травы *полыни горькой* — 10 г, корневищ *аира болотного* — 10 г, листьев *трилистника* — 10 г, плодов *тмина* — 10 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды как аппетитный и желчегонный чай.

26. Корня *дягиля лесного* — 10 г, травы *золототысячника* — 20 г, листьев *руты мишистой* — 20 г, листьев *шалфея лекарственного* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2—3 стаканах кипятка и пьют по 2/3—1 стакану настоя 3—4 раза в день за 40 минут до еды как средство, возбуждающее аппетит.

27. При отсутствии аппетита, тошноте, поносах и многих других недугах полезно перевести больного на полное голодание с приемом внутрь по стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды. Такой метод лечения достаточно быстро устранил все заболевания, восстановит аппетит, больной почувствует прилив энергии и будет здоров, этот метод лечения необходимо проводить до полного исцеления — примерно 1—2 недели, реже больше.

Допускается одноразовое питание вегетарианской пищей (перетертые овощи и фрукты), но даже и эта легкая пища намного удлинит время такой терапии.

❖ **АРТРИТ (полиартрит), АРТРОЗ** — заболевание суставов и околосуставных тканей. Первопричиной их является чаще всего инфекция (бруцеллез, гонорея, дизентерия и др.), обменное, дегенеративно-дистрофическое или травматическое заболевание.

1. Клубни *аконита (борца ядовитого)* в виде 5—10%-ной мази на любой жировой основе используют для втирания на больное место (больные места) при болях в суставах и невралгиях.

Препараты аконита чрезвычайно ядовиты, нужна крайняя осторожность!

2. *Баклажаны* принимают в пищу без ограничения как лечебное питание при артритах, подагре и др. подобных заболеваниях.

3. Корни *бедренца камнеломкого* в виде настоя или настойки принимают внутрь при артрите, полиартрите, подагре и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 2 части корня настаивают 7—10 дней в 5 частях водки и пьют по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день, лучше до еды.

4. Листья и семена *белены черной* и др. видов используют наружно в виде мази на любой жировой основе для растирания больных участков как анестезирующее (обезболивающее) средство при артрите, миозите, подагре, невралгии и ревматизме.

Мазь: 15—30 г порошка из сырья настаивают 8—10 дней в 100 мл теплого подсолнечного масла, ежедневно 2—3 раза взбалтывая, — и мазь готова.

5. Плоды свежие, вареные или моченые *брусники обыкновенной* принимают внутрь, а из листьев готовят настой и пьют при полиартрите, подагре и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день, лучше до еды.

6. Цветки *бузины черной* в виде настоя (чая) пьют при артрите, подагре, ревматизме и многих других заболеваниях.

Настой: 3 ст. ложки цветков настаивают час в горячем месте в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при артрите, подагре, ревматизме и многих других заболеваниях.

7. Истолченные семена *вишни* и ее плодоножки в виде отвара пьют при мочекишлом диатезе, заболеваниях суставов (артрите, полиартрите, подагре).

Отвар: очищенные от оболочки семена в истолченном виде и плодоножки их 1 : 1. Ст. ложку этого сырья варят 15—20 минут в стакане воды, настаивают час и пьют по 2—3 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

8. Траву *герани лесной (луговой)* в виде настоя пьют при артрите, подагре и ревматизме.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах холодной кипяченой воды и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при полиартрите, подагре и как хорошее средство, растворяющее камни и песок в организме.

9. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь при артритах, подагре, ревматизме и мышечных болях после тяжелой физической работы.

Настой: 30—50 г травы настаивают час в литре кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

10. Корневища с корнями *дягиля лекарственного* в виде настойки на спирту используют для натирания больных мест при болях в пояснице, подагре и ревматизме.

Настойка: 30—50%-ная.

11. Кору *ивы плакучей* и др. видов в виде горячего настоя или порошка принимают внутрь при заболеваниях суставов, печени и многих других заболеваниях.

Порошок из коры принимают по 1/2 чайной ложки 3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды, или через каждые 2 часа при заболеваниях суставов.

12. Кору, цветки, реже плоды *каштана обыкновенного (конского)* в виде настойки принимают внутрь и используют наружно для втирания на больные места при болях в суставах, подагре, ревматизме и многих других заболеваниях.

Настойка: 50 г сырья настаивают 10 и более дней в 500 мл спирта или водки. Пьют по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды и используют для растирания.

13. Корни и корневища *купоны лекарственной* в виде сгущенного настоя применяют наружно для компрессов на больные места при болях в суставах и ушибах.

Настой: 50 г на 500 мл настаивают 4 часа, снова подогревают и ставят горячие компрессы.

14. Траву *лабазника вязолистного (таволги вязолистной)* в виде настоя принимают внутрь при артрите, подагре и ревматизме.

Корень его в виде мази используют для втирания при поражении мышц и суставов подагрой и ревматизме.

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Мазь № 1: 10 г порошка из корня смешивают путем прогрева 5 частей сливочного (несоленого) масла.

Мазь № 2: 20—30 г порошка из корня смешивают со 150 мл горячего подсолнечного масла и используют для растирания, перед каждым применением необходимо взбалтывать.

15. Траву *линеи северной (поясничная трава)* в виде настоя пьют и делают горячие компрессы на больные места при подагре, болях в суставах рук и ног.

Настой для внутреннего применения: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день до еды.

Настой для компрессов (иногда в виде ванн) производный, максимальной концентрации, используют в теплом виде.

16. Корень *лопуха большого, войлочного* и др. видов в виде экстракта, настоя или порошка на меду принимают внутрь как универсальное лекарственное средство. Его препараты улучшают состав крови и мочи у больных артритом, артрозом, подагрой и др. заболеваниями суставов. Обычно в таких случаях назначают порошок из корня, в том числе и при многих болезнях обмена веществ.

Экстракт: порошок из корня, взятый в равных количествах с медом; эту смесь, 1 ст. ложку, настаивают 5—7 дней в стакане водки и пьют по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

Настой: ст. ложку измельченного корня настаивают 1—

2 часа в стакане кипятка и пьют по 2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок из корня в смеси с медом 1 : 1 принимают по ст. ложке 3—5 раз в день до еды. Корень в свежем виде или сок из него более эффективен.

17. *Мед* центробежный (натуральный) при регулярном приеме показан при многих заболеваниях, в том числе и артрите. Можно съедать по 100—150 г меда в день, разделив на 3 порции, с теплым молоком, чаем или кипяченой водой.

18. Свежую траву *полыни горькой* в виде свежеприготовленного сока из нее или сгущенного настоя используют наружно в виде компрессов или повязок при заболеваниях суставов, ушибах и болях, вызванных растяжением сухожилий.

Для этих целей лучше использовать растение майского сбора. Для повязок используют и свежерастертую траву.

19. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя пьют как мочегонное и восстанавливающее обмен веществ средство, а также при артритах, полиартритах, подагре и ревматизме.

Настой: 3 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов в литре теплой кипяченой воды. Иногда фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды.

20. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя используют наружно в виде компрессов или ванн при подагрических и ревматических поражениях суставов, опухолях рук и ног.

Настой: 200 г соцветий или травы настаивают час в ведре кипятка, иногда в этот настой добавляют стакан поваренной соли. Компрессы и ванны делают в течение 20 и более минут.

21. Корневища с корнями *сабельника болотного* (*лапчатки болотной*) в виде спиртовой настойки для растирания больных мест используют как более эффективное средство при подагрических поражениях суставов.

Настойка: ст. ложку корневищ с корнями настаивают 15 дней в стакане 96°-ного или 70°-ного спирта, используют наружно и пьют по 15—20 капель в 1/2 стакана 3—4 раза в день за час до еды.

22. Цветки *сирени обыкновенной* в виде настойки на 40°-ном спирте принимают внутрь и используют наружно для лечения отложения солей, и в частности пяточной шпоры.

Настойка: 20 г (3 ст. ложки) цветков настаивают 7—10 дней в 0,5 л водки и пьют по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день за 30 минут до еды, одновременно делают компрессы из той же настойки или натирают болезненные участки подошв ног.

23. Лист *смородины черной* в виде настоя принимают внутрь при подагрических ревматических поражениях суставов.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 4—6 часов в 1—2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Траву *сныти обыкновенной* принимают внутрь при различных поражениях суставов и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

25. Скипидар *сосны обыкновенной* (терпентинное эфирное масло) применяют наружно в виде линиментов или мазей для растирания как местно раздражающее и отвлекающее при подагре, ревматизме и др. подобных заболеваниях.

При болезнях почек скипидар и его препараты к применению противопоказаны.

26. Корень *стальника полевого (колючего)* в виде настоя пьют при нарушениях обмена мочевой кислоты, подагре, ревматизме и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день за час до еды.

27. Корень *тамуса обыкновенного (адамов корень)* в виде сока из свежего корня, настойки или настоя используют наружно для втирания на больные места при артрите, подагре, ревматизме и др. заболеваниях суставов.

Настойка: 30%-ная, на 40°—70°-ном спирте.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2 часа в стакане кипятка и используют для растираний.

28. Траву *тимьяна ползучего* в виде настойки использу-

ют для растирания больных мест при болях в суставах вместо муравьиного спирта.

Настойка: 3—4 ст. ложки настаивают 7—10 дней в 2 стаканах водки и используют как растирку.

29. Почки *тополя обыкновенного (осоко́ря)* в виде настоя принимают внутрь, мази из порошка используют наружно при полиартрите, подагре и ревматизме.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Мазь: ст. ложку порошка из почек смешивают с 5—10 ложками горячего сливочного (несоленого) масла или внутреннего жира и используют наружно для втирания на больные места.

30. При поражении всех суставов тела артритам, артрозами, подагрой и т. п. больному следует принимать по 10 чайных ложек *яблочного уксуса* на стакан воды 3—5 раз в день, лучше до еды, чем после. Уксус должен быть домашнего приготовления, что гарантирует подлинность и чистоту его. Большая концентрация этой смеси способствует быстрому исцелению организма, и это больной почувствует на себе, если будет регулярно принимать его в течение 2—3—4 недель. Боли в суставах совершенно прекратятся, как и боли в задней части шеи и затылка.

В случае, если у больного нарушена слизистая желудка (гастриты, язвы) и такая смесь вызывает боли, то концентрацию смеси можно несколько снизить (до 5 чайных ложек на стакан воды), но это намного удлинит время выздоровления.

31. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя или чая принимают внутрь при артрите, подагре и суставном ревматизме.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за 30 минут до еды, или травку заваривают как чай и пьют с медом по вкусу без строгой дозировки.

Малым детям настой более стакана в день давать нельзя!

32. Плоды или сок *винограда культурного* рекомендует-ся принимать без ограничений лицам, организм которых склонен к мочеислому диатезу. Сок винограда способ-

ствует выведению из организма мочевой кислоты, препятствует образованию песка и камней.

33. Траву и корни (лучше вместе) *горца птичьего (спорыша)* в виде настоя принимают внутрь как средство, изгоняющее песок и растворяющее камни всего организма.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана 3—4 раза в день до еды.

34. Цветущую траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при мочекишечном диатезе, песке и камнях в организме и многих других заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

35. В сок из листьев *капусты огородной* или в произвольный по концентрации настой из нее кладут *яичный порошок* — 20%, порошок из плодов *кориандра посевного* — 20% и траву *руты душистой* — 20%. Иногда в эту смесь добавляют немного поваренной соли. Всю эту хорошо промешанную сметанообразную массу используют для прикладывания к больному месту напечь, с последующим закреплением плотным льняным полотном при артрите, подагре, ревматизме и др. опухолях суставов.

36. Корня *солодки* — 10 г, корня *лопуха* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, коры *крушины ломкой* — 10 г, корневищ *аира* — 10 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора варят 10 минут в 0,5 л воды, настаивают 1 час. Принимают по стакану теплого отвара утром и вечером при экссудативном диатезе, суставном артрите и подагре.

37. Цветков *василька* — 5 г, цветков *календулы* — 2 г, корней *пиона* — 5 г, плодов *можжевельника* — 5 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г, листьев *березы* — 20 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г, коры *ивы плакучей* — 20 г.

Отвар: 3 ст. ложки сбора настаивают час в литре воды, кипятят 3—5 минут. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, при артрите, полиартрите, подагре и др. заболеваниях суставов.

38. Кору *ивы* — 10 г, коры *крушины* — 10 г, листьев *кра-*

пивы двудомной — 20 г, листьев березы — 20 г, травы таволги вязолистной — 20 г, травы горца птичьего — 20 г, травы зверобоя — 20 г, травы полыни горькой — 10 г, травы багульника — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 37.

39. Плодов (измельченных) каштана обыкновенного — 10 г, цветков бузины черной — 30 г, цветков липы сердцевидной — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при уратном артрите, суставном артрите, подагре и ревматизме.

40. Кору крушины ломкой — 10 г, коры ивы — 50 г, листьев березы — 40 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 39.

41. Цветков бузины черной — 30 г, листьев крапивы двудомной — 30 г, корня петрушки огородной — 30 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 39.

42. Листьев березы — 25 г, травы золотарника — 20 г, травы дрока красильного — 25 г, травы фиалки трехцветной — 25 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 39.

43. Цветков липы — 20 г, травы золотарника — 20 г, травы зверобоя — 20 г, цветков бузины черной — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 39.

44. Листьев березы — 10 г, цветков бузины черной — 10 г, коры каштана — 10 г, листьев смородины черной — 10 г, травы спорыша — 20 г, побегов хвоща полевого — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют ст. ложку меда и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

45. Листьев березы — 10 г, цветков бузины черной — 10 г, коры каштана — 10 г, корня лопуха — 20 г, корневищ пырея ползучего — 20 г, травы фиалки трехцветной — 10 г, побегов хвоща полевого — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 44.

46. Цветков *бузины черной* — 10 г, коры *каштана* — 10 г, рылец *кукурузы* — 10 г, корней *лопуха* — 20 г, корневищ *пырея* — 20 г, корневищ *спорыша* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют ст. ложку меда и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды при артритах, артрозах, полиартритах, радикулитах.

47. Цветков *бузины черной* — 10 г, коры *каштана* — 10 г, коры *крушины* — 20 г, корня *лопуха* — 20 г, цветков *липы сердцевидной* — 20 г, корневищ *пырея* — 20 г, корневищ *горца птичьего* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 46.

48. Для лечения воспалительных, обменных заболеваний опорно-двигательного аппарата, артритов, артрозов, подагры и др. подобных заболеваний предлагается 2 доступных средства для любой местности.

1-й вариант

Берут любое сено, измельчают его максимально мелко, или готовую сенную труху. 500—1000 г этой трухи варят 30 минут в 1—2 литрах воды, затем слегка отжимают и в горячем виде (без обжигания тела) отжатой трухой обкладывают больное место (суставы или стопы). Сверху обложенные места обворачивают целлофаном или плотным льняным полотенцем и закрепляют повязкой. Такой компресс держат до полного остывания — примерно час. Если боли еще продолжают, то можно снова подогреть труху и повторить компресс заново. Подобные компрессы, как правило, ставятся на ночь во избежание переохлаждения больных мест в течение дня.

2-й вариант

Отчасти доступный и горожанину. 500 г свежих *опилок* из-под пилорамы настаивают час в горячем месте в 2—3 литрах кипятка. Слегка отжимают и этими горячими опилками (без обжигания тела) делают компресс, как в 1-м варианте. Лечение таким способом будет более результатив-

ным и быстрым, если опилки взять от смолистых деревьев (ель, пихта или сосна) и из свежего (не гнилого) леса.

Подобные компрессы полезны больным артритом, артрозом, полиартритом, радикулитом и т. п. заболеваниями.

49. При инфекционном, гнойном, ревматоидном и др. артритах, артрозе, подагре, полиартрите и др. заболеваниях больной испробовал много данных здесь рекомендаций, а результаты не удовлетворяют.

В таком случае следует, по-видимому, обратить внимание на зашлакованность всего организма, в первую очередь — кишечника.

Полная рекомендация на этот счет дана в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

Следующим этапом является очистка печени от шлака, песка и камней, как рекомендовано в разделе «Печень».

После очистки кишечника и печени приступают к очистке суставов, рекомендации по которой даны ниже.

50. Очистка суставов путем растворения и отторжения солей. В первый день этой чистки с утра всыпают в маленькую эмалированную кастрюлю с плотной крышкой 25—30 листьев *лавра благородного (лаврового листа)* и заливают $1/5$ —2 стаканами воды. Кипятят лавровый лист в течение 5—7 минут. Снимают кастрюлю с огня, обмазывают под крышкой полужидким тестом, чтобы при настое максимально сохранились эфирные масла листа, и настаивают 3 часа в духовке, но без кипячения. После отстоя отвара его фильтруют через марлю, сливают в чашку и в теплом виде маленькими глоточками пьют этот отвар, не торопясь, до самой ночи, чтобы закончить питье перед сном. Питание во время лечения обычное, но лучше вегетарианское. На второй день все повторяют полностью. На третий день — снова то же самое, с приготовлением свежего отвара из лаврового листа, настоянного в течение 3 часов, и приемом внутрь мелкими глотками с раннего утра до отхода ко сну.

Если у больного появится резкое мочеотделение, возможно даже через каждые 30 минут — этому удивляться не следует. Дело в том, что соли начинают так интенсив-

но растворяться, что у некоторых больных они заметно раздражают мочевой пузырь.

Через неделю после третьего дня лечения курс повторяют сначала. Перевод больного на вегетарианскую пищу с ограничением соли и сахара намного ускоряет полное выздоровление. При необходимости через 8—12 месяцев этот двойной сеанс можно повторить.

Следует напомнить, что эту очистку легче проводить после первых двух чисток, после чего исцеление всего организма будет достаточно быстрым.

51. При этих заболеваниях, когда вышеперечисленные рекомендации не дают результата, необходимо в первую очередь произвести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Настоятельно рекомендуется произвести и чистку печени.

После этого больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды в течение 1—3 недель. Если моча больного выглядит нездоровой (много гноя, темно-зеленая, коричневая или черная), ее принимать не следует. Вместо нее ему, при полном голодании, дают отстоянную воду, слегка подслащенную медом, до исчезновения этих признаков, после чего поят его мочой и водой.

Обязательным условием этой терапии является продолжительный массаж всего тела больного (от шеи до подошв и пальцев ног) в течение двух и более часов теплой мочой 2—3 раза в день. После продолжительного массажа необходимо ставить компрессы из свежей или старой, но подогретой его мочи в виде обертываний или по мере высыхания их увлажняют снова.

Если объем мочи для растирания тела у больного недостаточен, то ее допускается брать у здорового человека того же пола и в подогретом виде использовать для растирания, но для компрессов пригодна только моча больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, и ее следует проводить до полного выздоровления. Максимальное время ее гаран-

тирует полное исцеление от этих и многих других заболеваний. После продолжительного голодания больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой, потребление овощных и фруктовых соков с медом по вкусу и без ограничения, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

✚ **АСТМА БРОНХИАЛЬНАЯ** — заболевание органов дыхания, характеризующееся приступами внезапного сужения бронхиальных просветов, что вызывает затрудненное дыхание с удлиненным и шумовым выдохом.

1. Семена (ядра) *абрикоса* рекомендуется принимать при астме, коклюше, ларингите и трахеите. Употребляют их в форме эмульсии, которая готовится 3 раза в день из 20—30 ядрышек, или настоя из перетертых ядер.

2. *Агаву американскую* в виде сока из листьев в смеси с медом (1 : 1), перетопленного в водяной бане и хорошо промешанного, принимают внутрь при астме, затяжном и упорном бронхите, туберкулезе легких. Принимают эту смесь по 1 ст. ложке 3—5 раз в день за час до еды, запивая теплым молоком или чаем.

3. *Айву обыкновенную* в виде слизи из семян принимают внутрь при астме, бронхите, трахеите и многих других заболеваниях.

Настой из семян: целые семена, 5—10 г, смешивают с 0,5 л теплой кипяченой воды и путем встряхивания вызывают образование слизи, настаивают 30 минут, промешивая, добавляя по вкусу мед, и пьют как чай — без строгой дозировки 3—4 раза в день до еды.

4. Корни *алтея лекарственного* (реже цветки и листья) в виде теплого настоя принимают внутрь при заболеваниях дыхательных путей, сопровождаемых одышкой, упорным кашлем и многими другими недугами.

Холодный настой: 2 ст. ложки корней настаивают 8—10 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды. Фильтруют, добавляют на вкус мед и пьют по 2/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Корень *аниса дикого* в виде холодного настоя принимают внутрь как секретолитическое средство при катаре дыхательных путей, астме, бронхите, кашле и охриплости голоса.

Холодный настой: полную чайную ложку корней настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды, фильтруют и в то же сырье наливают стакан кипятка. Через 10—20 минут снова процеживают, настой и вытяжку смешивают и добавляют ст. ложку меда. Выпивают за день оба стакана глотками.

6. Плоды (семена) *аниса обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при астматических приступах или как отхаркивающее средство при бронхите.

Настойка: 100 г плодов настаивают 7—10 дней в 0,5 л 96°-ного спирта или водки и пьют по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды. Настой: чайную ложку измельченных плодов настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Корнеклубни *аронника пятнистого* в виде настоя рекомендуется принимать при воспалении слизистых, оболочек верхних дыхательных путей, кашле, катаре бронхов и многих других заболеваниях.

Холодный настой: чайную ложку клубней настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

8. Листья (траву) *багульника болотного* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при бронхиальной астме, хроническом бронхите и спазматических состояниях кишечника.

Настой: чайную ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1 ст. ложке настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

9. Корни (реже цветки и листья) *алтея лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях дыхательных путей, сопровождаемых упорным кашлем (астма, бронхит, коклюш, трахеит и др.).

Холодный настой: 2 ст. ложки корней настаивают 8—10 часов в стакане теплой кипяченой воды. Фильтруют,

добавляют по вкусу мед (или без такового) и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Масло *кукурузы* (получаемое из зародышей зрелого зерна початка) принимают внутрь при астме и др. заболеваниях дыхательных путей. Принимают его по 1 ст. ложке 3—4 раза в день, за час до еды, что в комплексе с другими рекомендациями значительно ускоряет полное выздоровление.

11. Листья *белладонны (красавки)* в виде порошка из них или свежеприготовленного сока из свежих листьев в малых дозах принимают внутрь как противоспазматическое и болеутоляющее средство при бронхиальной астме, гнойном бронхите, туберкулезе легких и судорожном кашле.

Порошок из листьев: по 0,01—0,02 г (на кончике ст. ножа) 2—3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

Свежий сок: по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день, лучше до еды.

12. Чистый *березовый деготь* принимают внутрь при заболеваниях горла и легких (астма, бронхит, туберкулез и др.) по 5—10 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

13. Траву *будры плющевидной* в виде порошка или настоя принимают внутрь как отхаркивающее и болеутоляющее средство при бронхиальной астме и др. заболеваниях.

Порошок из травы по 1 г (1/3 чайной ложки), запивать теплой кипяченой водой 3—4 раза в день до еды.

Настой: чайную ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого настоя, 3—4 раза в день, лучше до еды.

14. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях легких (астма, бронхит, туберкулез и др.).

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка; по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

15. Корневища *герани кроваво-красной* или *обыкновенной* в виде настоя принимают при бронхиальной астме,

бронхите, туберкулезе и др. заболеваниях дыхательных путей, а также при катаре желудочно-кишечного тракта.

Настой: 2 чайные ложки корневищ настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1—3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Траву *горицвета кукушкина* (*кукушкин цвет*) в виде настоя или чая пьют при заболеваниях дыхательных путей и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Чай из травы, заварка произвольная, с медом по вкусу и без ограничения.

17. Семена *дурмана* в виде настойки принимают внутрь каплями как наркотическое средство при одышке, астматическом судорожном и хроническом кашле. При катаре дыхательных путей затягиваются дымом из маленькой папироски, скрученной из листьев этого дурмана, или вдыхают дым из тлеющего на углях порошка из листьев.

Настойка из семян: 1 часть измельченных семян настаивают 7 дней в 5 частях 70°-ного спирта и пьют по 2 капли на ст. ложку воды, не чаще 5 раз в день, до еды.

Настойка из листьев: чайную ложку листьев настаивают 7 дней в 100 мл 40°-ного спирта и пьют по 10—20 капель этой настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день при бронхиальной астме.

18. Цветущую траву *икотника серого* (*серо-зеленого*) или ее цветки в виде настоя принимают внутрь при удушье, бронхиальной астме и кашле.

Настой: ст. ложку травы или всего растения (с корнем) настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—3 ст. ложки 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой из цветков: ст. ложку цветков настаивают 1—2 часа и пьют по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

19. Корни *истода тонколистного* и др. видов в виде холодного настоя принимают внутрь как средство, обладающее активным отхаркивающим действием. Его назначают при острых и хронических заболеваниях легких и дыхательных путей, особенно абсцессах, бронхиальной астме и застарелом бронхите.

Действие истода в основном определяется сапонидами, которые усиливают секрецию бронхиальных желез и способствуют отхаркиванию мокроты.

Настой: 2—3 чайные ложки корней настаивают 4 часа в 0,5 л теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

20. Цветущую траву *короставника полевого* в виде настоя пьют как отхаркивающее средство при астме, бронхите и кашле.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 2—3—1 стакану (можно с медом по вкусу) 2—3 раза в день до еды.

21. Корни и корневища *купоны лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при воспалении легких, бронхиальной астме, остром бронхите и заболевании желудка.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день, лучше до еды.

22. Скипидар из *лиственницы сибирской* используют в виде ингаляции из смеси (вода, мед, скипидар) при абсцессах, астме, бронхите, гангрене легких и катаре верхних дыхательных путей.

В домашних условиях эту ингаляцию производят примерно так, как рекомендовано в № 26 (см. «Ингаляция с раствором меда»). Концентрация раствора зависит от наличия компонентов у больного — она произвольная.

23. При бронхиальной астме, бронхите, туберкулезе и др. заболеваниях легких с успехом используют *маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или смеси с медом, в сочетании 1 : 50.

Для ускорения исцеления этими препаратами больному необходимо в течение 1—2 недель 2—3 раза в день задолго до еды производить чистку (усердное полоскание) рта в течение 10—15 минут, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов, щелочной водой (типа «боржоми») или кипяченой водой.

За час до еды (лучше после чистки рта) вы кладете под язык 20—30 мг (на кончике ст. ножа) маточного молочка

или 1/4 чайной ложки смеси молочка с медом и держите препарат там до полного растворения. Не сосать, а ждать до полного растворения.

Это лекарство, минуя желудочно-кишечный тракт, сразу попадает в кровь и достаточно быстро исцеляет организм от этих и др., даже в скрытой форме, заболеваний!

24. Листья, цветки (чаще все растение) *мать-и-мачехи* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее и усиливающее секрецию бронхиальных желез средство при заболеваниях дыхательных путей (бронхиальной астме, туберкулезе легких и многих других заболеваниях).

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

25. Мед с успехом применяется при лечении заболеваний органов дыхания в форме медовых ингаляций, аппликаций и приема внутрь. Хорошие результаты получаются при лечении больных бронхиальной астмой, острым и хроническим ринитом, ларингитом и др. заболеваниями.

Для ингаляции обычно используют 30%-ный раствор меда на воде. В домашних условиях для этих целей используют чайник с небольшим количеством воды.

После закипания воды добавить ст. ложку меда и снять с огня. На носик чайника надеть резиновую трубку и через нее осторожно вдыхать пары воды вместе с медом. По мере остывания воды периодически подогревать ее. Продолжительность ингаляции — 15—20 минут. Лучше всего ингаляции проводить на ночь.

Мед принимают внутрь чаще всего в смеси с соками фруктов, овощей, молоком или чаем по 100—150 г в день, разделив на 3 порции.

26. При различных заболеваниях дыхательных путей (астма, бронхит, плеврит, туберкулез и т. д.) следует продолжительно жевать медовые соты (крышечки от рамок с медом). 1/2—1 чайную ложечку сотов жуют 10—15 минут, после этого разжеванную массу выплевывают. Такую процедуру повторяют много раз в день или через каждый час, можно на ночь. Жевание медовых сотов намного ускоря-

ет полное выздоровление и укрепляет иммунную систему организма.

27. Траву *медуницы лекарственной (легочницы)* в виде настоя пьют при катаре верхних дыхательных путей, воспалении, туберкулезе легких и кровохаркании.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

28. Корнеплод *моркови* в виде свежеприготовленного сока смешивают с медом и свежим молоком и принимают внутрь при сильном кашле, катаре бронхов и туберкулезе легких.

Применяют: стакан сока моркови смешивают с 2 ст. ложками меда и стаканом молока и пьют по 1/2—2/3 стакана такой смеси 3—5 раз в день до еды.

29. Траву или все растение *очанки прямостоячей (глазная трава)* в виде настоя или порошка принимают внутрь при воспалении слизистой оболочки бронхов, сопровождаемом кашлем и вязким секретом.

Настой: 40—50 г сырья настаивают час в литре кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Порошок из травы принимают по 1 г (1/2 чайной ложки) 3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

30. Траву *очного цвета пашенного* в виде настоя пьют при упорных бронхитах, астме с одышкой и густым секретом у больных туберкулезом.

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды. Через 2—3 дня облегчается кашель, уменьшается одышка и разжижается мокрота.

31. Молодые побеги с листьями (траву) *наслена черного* в виде горячего настоя пьют как чай (можно с медом по вкусу) при спазматическом кашле, бронхиальной астме и головной боли.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

32. Все растение *первоцвета обыкновенного (примулы лекарственной)* в виде настоя принимают внутрь как актив-

ное отхаркивающее средство при бронхите, воспалении легких, болях в груди, кашле и чахотке.

Настой корней: 2 ст. ложки корней настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды.

Настой целого растения: 40—60 г сырья настаивают 2 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по стакану теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

33. Траву *пикульника (жабрея) пятнистого* в виде настоя принимают внутрь при бронхиальной астме, кашле, анемии и малокровии.

Настой: 3 чайных ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют горячий настой (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана 3—4 раза в день до еды.

34. Листья *подорожника большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь при различных заболеваниях дыхательных путей — катаре бронхов, астме, плеврите, туберкулезе и раке легких.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают час в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день.

35. Краевые язычковые цветки (иногда с листьями) *подсолнечника обыкновенного* в виде настоя пьют при бронхиальных спазмах, желудочно-кишечных коликах и отсутствии аппетита.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

36. При астме, бронхите, плеврите, туберкулезе легких, осложненном туберкулезе бронхов, фиброзно-кавернозном туберкулезе с продолжительным кровохарканием и др. заболеваниях с успехом используют для приема внутрь чистый *прополис*, настойку водную или водно-спиртовую вытяжку из него, 15%-ное прополисное масло, а также используют препараты из прополиса в виде ингаляций.

Чистый (очищенный от вошины, краски, стружки и

др. примесей) прополис принимают внутрь по 5—7 г, долго жуя его, потом глотая, 3—5 раз в день задолго до еды.

Настойка: 20—30%-ная спиртовая прополиса принимается внутрь в виде водно-спиртовой или молочно-спиртовой эмульсии (в 2/3 стакана теплой кипяченой воды или свежего молока вливают 40—50 капель настойки и пьют эту смесь 3—5 раз в день за 60—90 минут до еды).

15%-ное прополисное масло: 1 кг сливочного масла доводят до кипения в эмалированной кастрюле, снимают с огня и кладут в масло 150 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем помешивания в течение 30 минут при температуре 80° и до полного остывания. Масло готово, принимают по чайной ложке 3—5 раз в день за 60—90 минут до еды, лучше с теплым молоком или медом.

Ингаляцию производят больному 2 раза в день (утром и на ночь) так же, как и с раствором меда, только к компоненту «мед» добавляют 1—2 чайные ложки 30—50%-ной настойки прополиса — см. № 26, «Ингаляции с медом».

37. Траву *прострела раскрытого (сон-траву луговую)* в виде настоя в малых дозах принимают внутрь при астме, бронхите, коклюше, кашле и туберкулезе легких.

Настой: чайную ложку травы или всего растения настаивают сутки в стакане теплой кипяченой воды и пьют по ст. ложке через каждые 2—3 часа. Для детей берут половинную дозу сырья.

Строгая дозировка! При приеме внутрь следует соблюдать осторожность, т. к. свежее растение при передозировке может вызвать воспаление слизистой кишечника и почек, а в больших дозах — паралич!

Препараты прострела противопоказаны при гастрите и нефрите!

38. Листья *плюща кавказского* в виде холодной вытяжки в малых дозах оказывают секретолитическое действие при бронхиальном катаре.

Настой: 1/2 чайной ложки листьев настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и выпивают за день глотками.

39. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее, противовоспалительное и разжижающее мокроту (при густых секретах бронхов) средство, а также при очень многих заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают ночь в 0,5 л теплой кипяченой воды и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

40. Цветущую траву *ржи посевной* в виде настоя или чая продолжительное время пьют как воду (можно с медом по вкусу) без ограничений при бронхиальной астме.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают в течение 2 и более часов в 3 литрах кипятка и пьют произвольно как воду 10—12 месяцев, и недуг отступит навсегда!

41. Траву *росянки круглолистной* и др. видов в виде настойки или настоя принимают внутрь как противокашлевое средство, особенно при коклюше, кровохарканье, бронхиальной астме, хроническом бронхите и многих других заболеваниях.

Настойка: 10%-ная, на 40°-ном спирте; по 15 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды.

Настой: ст. ложку травы настаивают в стакане кипятка и пьют по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Большие дозы могут вызвать рвоту!

42. Траву *сушеницы болотной* в виде настойки пьют при абсцессах и кавернозном туберкулезе легких.

Настойка: 10 г травы настаивают 7 дней в 100 мл 70°-ного спирта и принимают по 1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды при астме, абсцессах и др. заболеваниях.

43. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя назначают в качестве антисептического, бактерицидного, отхаркивающего и успокаивающего кашель средства при сухом и спазматическом кашле, коклюше, бронхиальной астме, бронхите и воспалении легких со слизистой мокротой.

Настой № 1: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настой № 2: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре крутого кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

44. Почки *тополя пирамидального (обыкновенного)* и др. видов в виде настойки или настоя принимают внутрь как антисептическое средство, способствующее разжижению мокроты, при бронхите с гнойной секрецией и др. заболеваниях легких.

Настойка: 10—20%-ная на 70°-ном спирте, пьют по 50 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настой: 2 чайные ложки измельченных почек настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

45. Цветки (иногда цветущую траву) *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее и противовоспалительное средство при воспалении бронхов, бронхите, туберкулезе и др. заболеваниях легких.

Настой № 1: 15 г цветков настаивают час в стакане кипятка и пьют по ст. ложке настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой № 2: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

46. Корней *алтея лекарственного* — 20 г, травы *багульника* — 25 г, травы *крапивы жгучей* — 15 г, листьев *мать-и-мачехи* — 25 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают в литре кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при простуде, бронхиальной астме, мучительном кашле и одышке.

47. Корня *алтея* — 50 г, травы *тимьяна* — 50 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при зловонном бронхите, бронхиальной астме, коклюше и др. недугах.

48. *Сосновых* почек — 30 г, листьев *подорожника* — 30 г, листьев *мать-и-мачехи* — 30 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 47.

49. Цветков *бузины черной* — 25 г, листьев *подорожника* — 25 г, травы *росянки* — 25 г, травы *фиалки трехцветной* — 25 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 47.

50. Плодов *аниса* — 20 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры *ивы* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 10 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 47.

51. Цветков с прицветниками *липы мелколистной* и травы *тимьяна* — поровну. Измельченное сырье заваривают как чай и пьют горячим без добавления и ограничения с медом по вкусу при тяжелом дыхании, кашле, коклюше и простудных заболеваниях.

52. *Смальца* (кишечный жир) *свиного* или *гусиного* — 10 г, *масла сливочного* (несоленого) — 10 г, *меда* пчелиного — 10 г, сока из листьев *агавы* или *алоэ* — 1,5 г, *какао* (для вкуса) — 5 г. Все тщательно перемешать путем перетапливания жиров и меда (без кипения), после добавляется сок алоэ и какао. Принимают по ст. ложке смеси на 2/3 стакана теплого молока 3—5 раз в день за час до еды при упорном бронхите, туберкулезе легких и многих других заболеваниях, истощающих организм.

53. Листьев *белены черной*, листьев *дурмана* и *шалфея* — поровну. Из сухих листьев этих растений делают папиросы, которые курят, несколько раз затягиваясь, при астматических приступах.

54. Травы *багульника болотного* — 25 г, листьев *крапивы жгучей* — 15 г. Смесь готовят как чай в литре кипятка и пьют, лучше с медом по вкусу, по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 5—6 раз в день, лучше до еды, при простуде, бронхиальной астме, мучительном кашле и одышке.

55. Травы *тимьяна* — 20 г, семян *льна* — 10 г, плодов *укропа* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды при бронхиальной астме, затрудненном дыхании и гипацидных гастритах.

56. Цветков *коровяка* — 20 г, листьев *шалфея* — 30 г, плодов *аниса дикого* — 40 г, почек *сосны* — 20 г, корня *солодки* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды при бронхиальной астме.

57. Листьев *крапивы двудомной* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 30 г, травы *адониса* — 10 г, плодов *аниса дикого* — 40 г, плодов *фенхеля* — 10 г, почек и игл *сосны обыкновенной* — 20 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 56.

58. Корня *алтея* — 20 г, коры *ивы* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка, кипятят 5 минут, фильтруют, добавляют ст. ложку меда и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды при упорном кашле и хроническом бронхите.

59. Корня *алтея* — 30 г, травы *вероники* — 20 г, листьев *мать-и-мачехи* — 30 г, корня *солодки* — 20 г, плодов *фенхеля* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды при сухом и хроническом бронхите, бронхиальной астме, болях в груди и кашле.

60. Цветков *бузины черной* — 15 г, травы *вероники* — 20 г, листьев *подорожника* — 20 г, плодов *шиповника* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды при сухом и хроническом бронхите, бронхиальной астме, болях в груди и кашле, воспалении и туберкулезе легких.

61. Корня *алтея* — 20 г, листьев *подорожника* — 20 г, почек *сосны* — 15 г, почек *тополя* — 15 г, плодов *шиповника* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды при бронхиальной астме, воспалении и туберкулезе легких, кашле и др. заболеваниях.

62. Цветков *бузины черной* — 20 г, цветков *гречихи посевной* — 30 г, травы *зверобоя* — 40 г, цветков *коровяка* — 40 г, цветков *липы* — 20 г, цветков *дикого мака* — 30 г, цветков *мальвы (просвирника) лесной* — 40 г, листьев *мать-и-мачехи* — 40 г, травы *медуницы лекарственной* — 40 г, побегов *паслена черного* — 30 г, все растение *первоцвета* — 20 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают ночь в литре кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как отхаркивающее средство при всех заболеваниях легких, при этом рекомендуется теплый и постельный режим.

63. При всех, в том числе и сложных заболеваниях легких, если больной испробовал много данных здесь рекомендаций в течение продолжительного времени, а результаты лечения неудовлетворительны, возможно, следует подумать о первопричине этих недугов. Причин может быть много, и одна из них — зашлакованность организма, в первую очередь кишечника. В этом случае все принимаемые больным препараты, рекомендованные выше, нейтрализуются шлаками, накопленными за многие годы жизни.

Для ускорения выздоровления нужно прежде всего помочь организму избавиться от шлаков, и начинать эту процедуру следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Даже после единственной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а выздоровление ускорится.

64. При астме, бронхите, туберкулезе и др. заболеваниях дыхательных путей хорошие результаты дает и *ури-нотерапия*.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) — продолжительный массаж (натираие) шеи, спины и груди теплой мочой в течение одного часа и более 2—3 раза в день. После массажа на грудь и спину ставят теплые компрессы из свежей его или старой, но подогретой мочи,

а по мере высыхания их постоянно увлажняют снова. Если количества мочи для растирания тела недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, но компрессы всегда ставятся только с мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания (примерно 3—4 недели), и ее следует использовать до полного выздоровления. После окончания продолжительного лечения больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой или употребление соков из овощей и фруктов с медом по вкусу, а после — на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

В случае, если больной физически истощен и голодная терапия ему противопоказана, можно кормить его высококалорийной пищей, желательно один раз в день, с обязательным приемом своей мочи, как рекомендовано выше, с производством массажей и компрессов.

Следует помнить, что даже одноразовый прием пищи намного удлиняет время выздоровления.

✦ **АТЕРОСКЛЕРОЗ** — поражение артерий с отложением на их внутренней оболочке (стенке) липидов, преимущественно холестерина. В процесс вовлекаются аорта, сосуды сердца, мозга и нижних конечностей, реже артерии др. органов (почек, желудочно-кишечного тракта).

1. Траву *астрагала нушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, хронической сердечной недостаточности, сопровождающейся тахикардией, венозным полнокровием внутренних органов и отеками, стенокардией, гипертонической болезнью всех стадий.

Под влиянием препаратов астрагала происходит снижение повышенного кровяного давления, исчезновение головных болей, головокружения и болей в области сердца.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) продолжительное время по 1—2 ст. ложки настоя 3 раза в день до еды.

2. *Баклажаны* применяют в пищу как лечебное питание при атеросклерозе, подагре, заболеваниях печени и почек. Они снижают содержание холестерина в крови, стенках сосудов, в печени и почках и увеличивают выведение из организма с мочой солей мочевой кислоты.

Баклажаны принимают внутрь в виде сока, в фаршированном виде — без ограничения.

3. Кору молодых ветвей и корней *барбариса обыкновенного* в виде настойки или настоя принимают внутрь при атеросклерозе как средство, снижающее давление крови, замедляющее сокращения сердца и увеличивающее его амплитуду.

Настойка: 25%-ная, на 70°-ном спирте, пьют по 30 капель 3—4 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Траву *барвинка малого* в виде настоя или порошка принимают внутрь при атеросклерозе мозга, спазмах сосудов головного мозга, гипертонии, сердечных недугах на этой почве, диабете и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок: 1/2 чайной ложки порошка смешивают с 1/2 стакана теплой кипяченой воды или молока, размешивают и выпивают все 3—5 раз в день до еды.

5. Цветки *боярышника обыкновенного* в виде настойки или отвара принимают внутрь при атеросклерозе и спазмах сосудов головного мозга, многих сердечных заболеваниях, нервном возбуждении и бессоннице.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 25—30 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день за час до еды.

Настой или отвар: 2 ст. ложки цветков настаивают час или кипятят 10 минут в 2 стаканах воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

6. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, закупорке вен, тромбозе и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке настоя через каждые 1—2 часа.

7. Плоды (стручки) или траву *галеги (козлятника)* лекарственного в виде настоя пьют при атеросклерозе, гипертонии, как антикоагулянт (замедлитель свертывания крови), и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку измельченных семян или травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Цветки и листья *гречихи посевной* в виде настоя пьют без дозировки при склерозе кровеносных сосудов с повышением давления крови.

Настой: ст. ложку цветков настаивают 1—2 часа в 1—2 стаканах кипятка и выпивают за день глотками, можно с медом по вкусу. Иногда к этому настою добавляют траву сушеницы болотной как сосудорасширяющее средство.

9. Порошок из семян *горчицы сарептской* в виде горчичников, горчичных ванн используют для рефлекторного воздействия на функцию кроветворения (при гипертонических кризах, угрожающем инсульте, стенокардии).

Горчичники ставят на грудь, на область затылка, на область сердца и икроножных мышц.

10. Корневища *диоскореи кавказской* в виде порошка назначают внутрь при общем атеросклерозе, атеросклерозе с преимущественной локализацией процесса в сосудах головного мозга, сердца, при атеросклерозе, сочетающемся с гипертонической болезнью.

Порошок из корневища принимают по 0,1—0,2 г (на кончике ст. ножа), иногда в меду 1:1 — по 1/2 чайной ложки 2—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, при атеросклерозе как гипохолестеринемическое средство в течение 10 дней с последующим перерывом на 4—5 дней, а затем вновь повторяют этот цикл. Лечение продолжают 3—4 месяца. При необходимости повторяют после 4—6-месячного перерыва.

11. Траву *донника лекарственного* в виде настоя пьют как антикоагулянт (противосвертывающее средство кро-

ви), делающий кровь менее вязкой, и антивитамин К при инфаркте миокарда, тромбофлебите и эндартериите.

Настой: 2 чайные ложки настаивают 2—3 часа в 2 стаканах холодной кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

12. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии, повышенной нервной возбудимости (истерии) и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Траву и корневища (все растение) *земляники лесной* в виде отвара (листья в виде настоя) пьют при атеросклерозе.

Отвар: чайную ложку корневищ варят 15 минут в стакане воды, добавляют чайную ложку листьев, настаивают час и выпивают в теплом виде глотками за день, лучше до еды.

14. Плоды (орехи) *лещины обыкновенной* в виде лечебного питания показаны при атеросклерозе и его последствиях — инфаркте сердца и мозга. Едят их в любом виде и без ограничений.

15. *Лук репчатый* в виде сока из него с медом в равных частях принимают внутрь для профилактики и лечения атеросклероза как средство, уменьшающее содержание холестерина в крови.

Применение: свежеприготовленный сок из лука смешивают с прогретым в водяной бане медом 1 : 1 и тщательно промешивают до полного остывания смеси, принимают продолжительное время по 1 чайной ложке 3—5 раз в день до еды.

16. Свежие (измельченные) листья *маслины европейской* или *культурной* в виде настойки или настоя принимают внутрь при атеросклерозе и гипертонии.

Настойка: 20%-ная, на 40°-ном спирте, по 40 капель 3—5 раз в день до еды.

Настой: 2 ст. ложки измельченных листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу

мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Маточное (пчелиное) молочко принимают внутрь при очень многих заболеваниях, в том числе и сосудистых.

10—20 мг молочка (на кончике ст. ножа) кладут под язык 3—5 раз в день задолго до еды и держат там до полного растворения при атеросклерозе, особенно нижних конечностей, эндартериите. Иногда для этих целей используют настойку из молочка или смесь молочка с медом.

Настойка: 1 : 20, на 40°-ном спирте, принимают 5 капель 3—5 раз в день до еды.

Смесь: 1 часть молочка смешивают с 10 частями меда, кладут под язык 1/4 чайной ложки смеси и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды.

18. Верхнюю часть шляпки (красно-белый пигмент) мухомора красного в виде настойки на спирту или водке принимают внутрь каплями при спазмах сосудов головного мозга, множественном склерозе, функциональных нарушениях спинного мозга и многих других заболеваниях.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 5—7 дней в 5 частях водки и пьют по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

19. Плоды ореха грецкого с медом или сами по себе принимают внутрь по 100—150 г ежедневно при атеросклерозе, кардиосклерозе, склерозе головного мозга и гипертонии.

Молодые (клейкие) листья ореха в виде настоя пьют при атеросклерозе головного мозга, диатезе у детей и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Пектины, получаемые из яблок, свекольного жома, морских и др. наземных растений в виде настоя принимают внутрь как средство, выводящее холестерин из стенок сосудов и крови, также как средство, повышающее иммунитет к инфекционным заболеваниям.

Настой: 1/2 чайной ложки пектина настаивают 2—3 минуты в стакане теплого чая или яблочного сока, размешав, выпивают все в один прием 3—5 раз в день за час до еды.

21. Очищенное масло *подсолнечника обыкновенного* рекомендуется принимать внутрь для лечения и профилактики атеросклероза по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

22. Ежедневно, желательно 3 раза в день, задолго до еды, можно и на ночь, на протяжении 1—2 месяцев вы берете в рот ст. ложку чистого *подсолнечного масла* и энергичными движениями губ и щек гоняете во рту, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов. Таким образом взбалтывают его в течение 15—20 минут, пока оно не станет белым, как молоко. Эту кипенно-белую массу выплевывают, ни капли не глотая. После этого рот тщательно полощут теплой водой. Для профилактики и лечения атеросклероза и его последствий (головные боли, сердечные и многие другие заболевания).

В процессе этого метода лечения одновременно принимают внутрь средства из апитерапии (маточное молочко, мед и прополис), а также фитотерапии с ее богатейшим арсеналом исцеления. Такой комплексный подход к лечению ускорит выздоровление.

23. *Прополис* в чистом виде и его препараты рекомендуется принимать регулярно внутрь при заболеваниях крови и сосудов.

Он и его препараты способствуют очищению крови от холестерина и др. шлаков, образованию красных кровяных шариков и делают ее менее вязкой, а стенки сосудов становятся более эластичными (гибкими) и освобождаются от липидов (бляшек) и другого шлака. Этим самым устраняются атеросклеротические проявления в организме, гипертония, тромбофлебит, энтертериит и др. заболевания.

Принимается прополис в чистом виде по 3—5 г 3 раза в день, продолжительно жуется, потом проглатывается.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте, пьют по 30 ка-

пель на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день за 60—90 минут до еды.

24. Свежие плоды *рябины черноплодной (аронии)* рекомендуется принимать по 250—300 г в день в течение 2—3 недель как средство, укрепляющее стенки сосудов, тем самым предотвращая различные кровоизлияния. Плоды аронии снижают количество холестерина в крови, давление ее и нормализуют работу сердечно-сосудистой системы.

Сок из плодов принимают по 5 мл 3 раза в день, лучше до еды.

Противопоказана арония при повышенной свертываемости крови.

25. Плоды (реже бутоны цветков) *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают с витамином С (настоем шиповника и т. п.) при склеротическом повреждении стенок сосудов, при кровоизлияниях, особенно в головном мозгу, гипертонии и др. заболеваниях.

Порошок из плодов принимают по 0,2—0,5 г (до 1/2 чайной ложки) 3—4 раза в день, запивая произвольным по концентрации настоем шиповника, лучше до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель 3—4 раза в день, запивая настоем шиповника, лучше до еды.

26. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, расширяющее сосуды, умеренно снижающее кровяное давление, стимулирующее грануляцию и эпителизацию поврежденных тканей.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, пьют по 1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды.

27. *Уголь*, превращенный в порошок (лучше из *липы* или *тополя*), принимают внутрь при атеросклерозе как средство, активно способствующее выведению холестерина из крови и стенок сосудов, метеоризме и спазмах желудочно-кишечного тракта.

Принимают порошок по 1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды, запивая кипяченой водой.

28. Плоды (ягоды) *фейхоа обыкновенного* в свежем виде или свежеприготовленный сок с мякотью из них используют в пищу как лечебное питание при атеросклерозе и гипертонии, как средство, снижающее содержание холестерина в крови и стенках сосудов.

Рекомендуется употреблять плоды или сок из них по 50—100 г в день до еды.

29. Побеги (траву) *хвоща полевого* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии, артрите и многих других заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

30. Траву (листья) *якорцев стелющихся* в виде отвара принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии и др. заболеваниях.

Отвар: ст. ложку сырья варят 30 минут в стакане воды, настаивают час. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют продолжительное время по 1—2 ст. ложки теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка!

31. Листьев *омелы белой* — 3 ст. ложки, травы *тысячелистника* — 4 ст. ложки, побегов *хвоща полевого* — 3 ст. ложки, измельченных зубчиков *чеснока* — 3 штуки.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, при атеросклерозе.

32. Листьев *омелы* — 10 г, цветов *боярышника* — 10 г, побегов *полевого хвоща* — 40 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31.

33. Цветков *боярышника* — 20 г, листьев *омелы* — 20 г, травы *пустырника* — 20 г, травы *сушеницы* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31.

34. Цветков *боярышника* — 15 г, листьев *барвинка* — 15 г, травы *хвоща полевого* — 15 г, листьев и цветков *омелы* — 15 г, травы *тысячелистника* — 30 г.

Настой или отвар: ст. ложку сбора настаивают 3 часа в

стакане кипятка, иногда после варят 5 минут и настаивают 30 минут и пьют по 1/4 стакана 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе и гипертонии.

35. Цветков боярышника — 15 г, листьев барвинка — 25 г, корня валерианы — 100 г, травы руты душистой — 15 г, плодов тмина — 25 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 3 часа в стакане кипятка и выпивают теплый настой за день глотками до еды при атеросклерозе, гипертонии и бессоннице.

36. Листьев барвинка — 10 г, цветков боярышника — 20 г, корня валерианы — 15 г, листьев Melissa — 15 г, плодов тмина — 10 г, веточек и листьев омелы — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды при атеросклерозе, гипертонии, головных болях и др. заболеваниях.

37. Травы горца птичьего — 10 г, травы хвоща полевого — 10 г, цветков боярышника — 20 г, листьев омелы — 15 г, листьев Melissa — 15 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе, гипертонии и сердечной недостаточности.

38. Травы горца птичьего — 10 г, травы хвоща полевого — 10 г, рыльцев кукурузы — 10 г, веточек с листьями омелы — 10 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 37.

39. Травы горца птичьего — 10 г, травы хвоща полевого — 10 г, травы пустырника — 15 г, листьев и веток омелы — 15 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют теплый настой по 2/3 стакана 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе, гипертонии, головной боли и как успокаивающее нервную систему средство.

40. Травы горца птичьего — 10 г, травы хвоща полевого — 10 г, травы пустырника — 15 г, листьев Melissa — 15 г, корня валерианы — 15 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды при атеросклерозе, гипертонии, сердечной недостаточности, головной боли и как успокаивающее нервную систему средство.

41. Плодов боярышника — 20 г, корня валерианы — 15 г, листьев и веток омелы — 30 г, травы руты — 10 г, травы тмина — 10 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 39.

42. Листьев березы — 15 г, рылец кукурузы — 15 г, листьев Melissa — 10 г, корневищ пырея — 15 г, травы руты душистой — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе, гипертонии, головной боли и частых головокружениях.

43. При атеросклерозе, гипертонии, головных, сердечных и др. болях, связанных с зашлакованностью сосудов, вы испробовали много рекомендаций, лечась регулярно и продолжительное время, а результат не удовлетворяет. В таком случае следует обратить особое внимание на зашлакованность организма, в первую очередь кишечника, т. к. все лекарственные средства, которые вы принимали, нейтрализовались этим шлаком и выходили из организма, не выполнив своего назначения.

Исходя из вышеизложенного, больному необходимо произвести очистку своего организма, и начинать ее следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этого настоятельно рекомендуется произвести очистку печени, как рекомендовано в разделе «Печень». После этих двух очисток, проведенных в полном объеме, больной может быть уверен, что все вышеизложенные рекомендации окажутся действенными и в скором времени он будет здоров.

До и во время лечения ему следует питаться вегетари-

анской пищей, особенно способствующей устранению данной патологии, такой, как плоды аронии, баклажаны, орехи грецкие и лещина, мед, плоды смородины, фейхоа и др. Вместо чая следует принимать настои из сборов с медом по вкусу. В рационе питания следует ограничить мясные продукты, соль и сахар.

44. При атеросклерозе и его последствиях — гипертонии, головных болях, головокружениях, кровоизлияниях, сердечных, легочных болях, тромбозах, флебитах и эндартериитах достаточно быстро очищает организм *уринотерапия* при условии полного соблюдения всех ее правил.

Больного в теплой комнате переводят на полное голодание с приемом внутрь по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день мочи, а при необходимости и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают продолжительный массаж (натирание) всего тела больного от шеи до подошв и пальцев ног теплой мочой его 2 раза в день по 2 часа и более. Такой продолжительный массаж необходим для того, чтобы в открытые путем массажа поры кожи легче впитывалась моча, которая нужна больному организму, как кислород.

После массажа тела на больные места ставят теплые компрессы из мочи, по мере высыхания увлажняют снова.

Если количества мочи для растирания тела у больного недостаточно, ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но для компрессов пригодна только моча больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, оно составляет 2—10 недель, реже больше, ее необходимо проводить до полного выздоровления.

После длительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соки, можно с медом по вкусу; потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

В рационе питания на продолжительное время следует ограничить мясные продукты, соль и сахар.



♣ БЕЗДЕТНОСТЬ

1. Облиственные верхушки цветущего *астрагала пушистоцветкового* в виде отвара, настоя или настойки принимают внутрь как средство в борьбе с бесплодием, сердечно-сосудистыми и многими другими заболеваниями.

Отвар: ст. ложку (с верхом) травы вместе с бобами варят в стакане воды, пока не останется половина жидкости. Фильтруют и выпивают все 3—5 раз в день до еды и перед каждым половым актом.

2. Траву *горицвета кукушкина* (*кукушкин цвет*) в виде настоя или чая пьют при бездетности, хроническом бронхите и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по ст. ложке или по 1/4 стакана настоя (можно с медом по вкусу) 4—5 раз в день до еды.

Чай — произвольной концентрации, можно с медом по вкусу и без дозировки.

3. Траву *заячьей капусты* (*скрипун, очиток*) в виде сока из нее или настоя принимают внутрь при общей слабости, импотенции, женском бесплодии и многих других заболеваниях.

Свежеприготовленный сок принимают по 2 чайных ложки 3—5 раз в день до еды.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

4. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде, в смеси с медом или алкоголем принимают подязычно или внутрь как средство, способствующее выздоровлению организма, восстановлению его сил после тяжелых органических

и инфекционных заболеваний. Молочко и его препараты способствуют омоложению организма в целом и показаны при бесплодии — бездетности.

Свежее молочко 20—30 мг (на кончике ст. ножа) 3—5 раз в день задолго до еды, кладут под язык и держат до полного рассасывания.

Не сосать, не жевать, не глотать, а ждать, чтобы оно рассосалось под языком.

Смесь: 10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, 1/4 чайной ложки этой смеси кладут под язык и держат до полного растворения или 1/2 чайной ложки смеси разводят в 1/2 стакана теплого молока и пьют этот раствор 3—5 раз в день за 60—90 минут до еды.

Настойка: 1 часть молочка смешивают с 20—30 частями 40°-ного спирта и принимают 10—15 капель настойки на 1/2 стакана теплого чая или молока 3—5 раз в день за час до еды.

5. При бездетности (женском бесплодии) и импотенции используют *уринотерапию*, для достаточно быстрого результата необходимо мужчине и женщине перейти на вегетарианскую пищу и регулярно принимать каждому свою мочу (желательно среднюю порцию) по 1/2—2/3 стакана и более 3—4 раза в день за час до еды. Этот метод лечения создаст прилив энергии в виде потенции, омолаживания организма и способности к деторождению.

❖ **БЕССОННИЦА** — нарушение ночного сна или его отсутствие, чаще связано с нарушением нормальных условий физического и умственного труда, переутомлением, неврозом, возрастными особенностями, многими заболеваниями и др. причинами. Во всех случаях болезни следует найти первопричину, устранить ее, и сон нормализуется.

1. Цветки или плоды *боярышника обыкновенного* в виде экстракта, настойки или настоя принимают внутрь при бессоннице, астме, одышке и др. недугах.

Экстракт 50%-ный, пьют по 20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

Настойка: 10 г цветков настаивают 7 дней в 100 мл водки и пьют по 20 капель 3 раза в день до еды.

Настой: 2 ст. ложки цветков настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3 стакана настоя 3 раза в день до еды.

2. Свежий корень *валерианы лекарственной* в виде настойки или настоя принимают внутрь как успокаивающее средство при состояниях нервного возбуждения, бессоннице, общих неврозах (неврастения, истерия), головных и сердечных болях.

Настойка: 20 г свежеперетертого корня настаивают 7—10 дней в 100 мл 70°-ного спирта и пьют (в зависимости от состояния больного) по 30—60 капель, по чайной ложке настойки 3—4 раза в день до еды.

Настой: 2 чайные ложки корней настаивают 12 часов в стакане холодной кипяченой воды и выпивают за день глотками.

3. Траву *душицы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях дыхательных путей (удушие, туберкулез легких и др.), бессоннице и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

Настой: 30 г травы настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют по 1/2—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Душица противопоказана беременным.

4. *Йод* обладает функцией оказывать седативное влияние на организм и нервную систему, при увеличении нервного напряжения, большой раздражительности и бессоннице. При наличии этих факторов, способствующих увеличению напряжения и нагрузок на организм, возникает потребность в йоде, необходимом для уменьшения нервного напряжения, расслабления организма и создания условий для оптимального настроения.

Применение: 1 чайную ложку яблочного уксуса смешивают со стаканом воды или фруктового сока, наливают из капельницы 1 каплю йода, тщательно размешивают и выпивают небольшими глотками за 20—30 минут до еды как седативное средство.

5. Молодые побеги корней или кору молодых ветвей *калины красной* в виде настоя принимают внутрь при неврозах, сосудистых спазмах, истерии, приступах удушья, судорогах и бессоннице, особенно у легочных больных.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, как успокаивающее и противосудорожное средство.

6. Свежеприготовленный (в течение 5—10 минут) сок *капусты огородной*, принятый в количестве 0,5—1 стакана на ночь обеспечивает спокойный сон без кошмарных сновидений.

7. Листья или траву *кипрея узколистного* в виде настоя пьют как эффективное болеутоляющее средство, особенно при язвенной болезни желудка, при всяких воспалениях слизистых оболочек, от головной боли и бессонницы.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

8. Цветущую траву *конопли посевной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как успокаивающее средство при эпилепсии и бессоннице.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя.

9. Незрелые коробочки *мака дикого* или *самосейки* в виде настоя принимают внутрь при бессоннице.

Настой: ст. ложку коробочек (в истолченном виде) настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют мед и пьют по 1—2, реже 3 ст. ложки сладкого и теплого настоя перед сном. Детям, соответственно их возрасту, по чайной или десертной ложке.

10. Стакан теплой кипяченой воды смешивают с 2 ст. ложками *меда* и принимают на ночь как успокаивающее и вызывающее крепкий сон средство.

11. Траву *мелиссы лекарственной* (*лимонная трава*) в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, стимулирующее центральную нервную систему при всех не-

рвных заболеваниях (слабости, сильных душевных потрясений, обмороках, истерических припадках, испуге, горе и тоске), бессоннице.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день, лучше до еды.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют как чай или по 2/3—1 стакану 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 25%-ная на спирту или водке, принимают по 15—20 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день, лучше до еды.

12. Верхнюю часть шляпки (оранжево-красный пигмент) *мухомора красного* в виде настойки принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, множественном склерозе, функциональных нарушениях деятельности спинного мозга и как снотворное средство.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 7—10 дней в 5 частях водки и пьют по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды, лучше до еды.

13. Цветущую траву *овса посевного* в виде настоя или настойки принимают внутрь для укрепления нервной системы и как укрепляющее и тонизирующее средство при умственном и физическом истощении, а также при бессоннице.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченной зелени травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20—30%-ная на 40°-ном спирте, пьют по 30—40 капель 3—4 раза в день на 1/3 стакана теплой кипяченой воды до еды.

14. Корни и корневища *патринии средней* или *сибирской (каменная валериана)* в виде настойки или настоя пьют при повышенной нервной возбудимости, неврозах сердца, головной боли и бессоннице. По силе седативного действия и регулирующему воздействию на сердечную деятельность патриния значительно превосходит валериану.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, пьют по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Настой: 10 г сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

15. Корнеплод *пиона уклоняющегося* (*марьин корень*) в виде настойки назначают при неврозах сердечно-сосудистой системы, повышенной возбудимости и бессоннице.

Настойка: 10%-ная на 70°-ном спирте, пьют по 25—30 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

16. Корни и траву *полыни обыкновенной* (*чернобыльника*) в виде настоя принимают внутрь при неврастении, истерии, эпилепсии, бессоннице.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

17. Траву *прострела раскрытого* (*сон-трава луговая*) в виде холодного настоя в малых дозах принимают внутрь как достаточно сильное средство при функциональных заболеваниях нервной системы (неврастении, мигрени и др. заболеваниях) и бессоннице.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают сутки в стакане теплой кипяченой воды и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Строгая дозировка!

При приеме внутрь следует соблюдать осторожность, т.к. свежее растение при передозировке может вызвать воспаление кишечника и почек, а в больших дозах — паралич!

При гастрите и нефрите препараты из прострела противопоказаны.

18. Траву *пустырника сердечного* в виде настойки, настоя или порошка принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости, истерии, сердечно-сосудистых неврозах, гипертонии и бессоннице.

Наиболее эффективным считается сок из свежих растений, который пьют по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды. На зиму этот

сок консервируют — 2 части сока на 3 части 70°-ного спирта, пьют по 20—30 капель смеси на 2 ст. ложки теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°-ном спирте, пьют по 20—30 капель или 30—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Порошок принимают по 1—3 г 3 раза в день, лучше до еды, запивая теплой кипяченой водой.

19. Корнеплоды *радиолы розовой (золотого корня)* в виде экстракта принимают внутрь при функциональных заболеваниях нервной системы (астенические состояния, повышенная раздражительность, неврозы, гипотония, нервное и физическое истощение) и бессоннице.

Экстракт 1:1 на 40°-ном спирте. Принимают внутрь по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

При резко выраженных симптомах нервных заболеваний и истощаемости корковых клеток препараты родиолы противопоказаны.

20. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя или чая принимают внутрь как седативное средство при истерии, повышенном нервном возбуждении, судорогах и бессоннице.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают 30—40 минут в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Чай: 2 ст. ложки соцветий настаивают 30—40 минут в литре кипятка. Фильтруют, добавляют максимум меда и выпивают на ночь 1—2 стакана теплого чая, который вызывает крепкий сон.

21. Лист *салата огородного (посевного)* в виде настоя принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости, гипертонии и бессоннице.

Настой: 3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—1 стакану настоя 2 раза в день и стакан настоя с медом по вкусу на ночь.

22. Траву или корни *синеголовника плосколистного (поле-*

вого) в виде настойки или настоя принимают внутрь как отхаркивающее и успокаивающее кашель средство, при испуге, ночных кошмарах и бессоннице.

Настойка: ст. ложка сырья настаивается 5—7 дней в стакане водки, пьют по 20—30 капель (иногда чайную ложку) 2—3 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

23. Корни синюхи лазурной (голубой) в виде настойки или настоя принимают внутрь как активное отхаркивающее и седативное средство. Применяют препараты из нее при хроническом бронхите, бронхопневмонии, туберкулезе легких и кашле и как успокаивающее средство при неврастении, истерии и эпилепсии. Как седативное средство препараты синюхи превосходят валериану в 8—10 раз, не вызывая побочных явлений.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте, настаивают 7—10 дней и пьют по 15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды и на ночь 20—30 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды как снотворное средство.

Настой: 6—10 г корня настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день, лучше до еды.

24. Тыкву обыкновенную (культурную) в виде свежеприготовленного сока из нее или 1/2—2/3 стакана сока с медом рекомендуется принимать перед сном при бессоннице и тревожном сне.

25. При хронической усталости и бессоннице народная медицина не знает лучшего лечебного средства, чем чашка меда с добавлением 3 чайных ложек яблочного уксуса. Чашку с этой смесью можно держать и в спальне, принимая перед сном по 2 чайных ложки смеси. В случае крайней слабости, возможно, потребуется принять еще 2—3 чайных ложки смеси или больше. Если вы проснетесь ночью и почувствуете, что не можете больше уснуть, примите еще. Мед уже сам по себе хорошее снотворное средство, но в сочетании с яблочным уксусом он более эффективен.

26. Шишки хмеля обыкновенного в виде настойки или

настоя принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости, легочных заболеваниях и бессоннице.

Настойка: 1 весовую часть шишек настаивают 7—10 дней в 4 частях 40°—70°-ного спирта. Принимают ее, смочив в ней кусочек сахара, 2 раза в день до еды, а перед отходом ко сну в 1 ст. ложку теплой кипяченой воды капают по 10—15 капель этой настойки и выпивают.

Настой: 2 чайные ложки шишек настаивают 4 часа в стакане кипятка. Процеживают, добавляют по вкусу мед и выпивают в теплом виде все на ночь при бессоннице.

27. Траву чистеца байкальского в виде настоя принимают внутрь как хорошее успокаивающее нервную систему средство при истерии, неврастении, гипертонии и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу (максимум) меда и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 2—3 раза в день до еды, на ночь повторяют прием.

28. Травы зверобоя — 20 г, травы *чернобыльника* — 20 г, травы *вероники* — 10 г, цветков *липы* — 20 г, корня *валерианы* — 20 г, цветков *ромашки* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, как седативное и снотворное средство.

29. Листьев вахты трехлистной — 30 г, листьев *мяты перечной* — 30 г, корня *валерианы лекарственной* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и выпивают 1/2 стакана теплого и сладкого настоя на ночь при нервных заболеваниях и бессоннице.

30. Шишек хмеля — 20 г, листьев *розмарина* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 20 г, травы *зверобоя* — 20 г, листьев *мелиссы* — 20 г, корня *валерианы* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час и более в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день при нервном возбуждении и бессоннице.

31. Кору крушины — 10 г, цветков *ромашки аптечной* — 80 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 29.

32. Цветков *лаванды* — 20 г, цветков *ромашки аптечной* — 30 г, листьев *мяты перечной* — 20 г, корня *валерианы* — 30 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 30.

33. Цветков *ромашки аптечной* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 20 г, плодов *фенхеля* — 20 г, плодов *тмина* — 20 г, корня *валерианы* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление — см. № 30. Вечером, перед сном выпивают 1/2—1 стакан теплого настоя при бессоннице.

34. Корня *валерианы* — 50 г, шишек *хмеля* — 50 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и выпивают на ночь все (1/2 стакана) при бессоннице.

35. Травы *вереска* — 40 г, травы *пустырника* — 30 г, травы *сушеницы болотной* — 30 г, корня *валерианы* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают ночь в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при расстроенных нервах, испуге, пугливости, мнительности и т. п.; при бессоннице на ночь выпить стакан настоя.

36. Корня *валерианы* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 30 г, травы *пустырника* — 30 г, шишек *хмеля* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды или 1—2 стакана на ночь при раздражительности, нервном возбуждении и бессоннице.

37. Цветков *боярышника обыкновенного* — 30 г, цветков *ромашки* — 30 г, травы *зверобоя* — 30 г, травы *пустырника* — 20 г, корня *валерианы* — 20 г, корня *сикухи* — 20 г.

Настой: 2 чайные ложки сбора настаивают час в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед (или без такового), пьют по 1—2 ст. ложки настоя 2—3 раза в день и на ночь 3 ст. ложки при нервном сердцебиении и бессоннице.

❖ **БИОСТИМУЛЯТОРЫ** — средства, повышающие жизненный тонус организма.

1. Траву *адониса весеннего (горецвита)* в виде настоя принимают внутрь как хорошее средство для поднятия жизненного тонуса организма при простуде, воспалении и туберкулезе легких, недостаточности и неврозе сердца и как средство, укрепляющее нервную систему.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и принимают внутрь по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

2. Траву *астрагала нушистоцветкового* вместе с бобами в виде настоя пьют как тонизирующее средство при сердечных и др. заболеваниях и для борьбы с бесплодием.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Траву с цветками *барвинка малого* в виде настойки принимают внутрь при импотенции, продолжительных головных болях, как тонизирующее средство.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте. Принимают по 8—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды утром и вечером до еды.

4. Траву *горца птичьего (спорыша)* в виде настоя рекомендуют при нервном истощении, как укрепляющее средство после тяжелых и продолжительных заболеваний, а в пожилом возрасте как тонизирующее.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Траву и корни (все растение, собранное во время цветения) *горечавки легочной (синий зверобой)* в виде настоя, а корни в виде отвара принимают внутрь как тонизирующее средство при физическом истощении, частых обмороках и заболеваниях нервной системы.

Настой из всего растения: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: чайную ложку корней варят 10 минут в стакане

воды, настаивают час и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Цветущую траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя или настойки принимают внутрь для быстрого снятия усталости и после напряженного физического труда.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1 чайной ложке до ст. ложки настоя, разведенного в 1/4 стакана теплой кипяченой воды, 4—5 раз в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки, разведенной в 1/4 стакана теплой кипяченой воды 4—5 раз в день до еды.

7. Траву *заячьей капусты (скрипуна)* в виде настоя пьют как общеукрепляющее (тонизирующее) средство при импотенции, женском бесплодии и заболеваниях кишечника.

Настой: ст. ложку травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

8. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом принимают подязычно, реже внутрь, как средство, достаточно активно тонизирующее весь организм при очень многих заболеваниях, истощающих его.

Для ускорения исцеления этими препаратами больному необходимо в течение 1—2 недель 2—3 раза в день, задолго до еды производить усердную чистку (полоскание) рта в течение 10—15 минут, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов, щелочной водой (типа «боржоми») или теплой кипяченой водой.

Применение: за час до еды (лучше после чистки рта) положить под язык 20—30 мг (на кончике ст. ножа) нативного маточного молочка или его смеси с медом 1 : 50 1/4 чайной ложки и держать этот препарат до полного растворения под языком. Не сосать, не глотать, а ждать, чтобы он всосался кровеносными сосудами под языком. Эти препараты, минуя желудочно-кишечный тракт, сразу попадая в кровь, достаточно быстро исцеляют организм от заболевания, даже в скрытой форме.

9. Цветущую траву *овса посевного* в виде настойки из

зеленых растений рекомендуется принимать в качестве тонизирующего средства при физическом и умственном истощении, отсутствии аппетита и бессоннице.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 40—50 капель на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день до еды.

Отвар зерна овса с молоком и медом принимают внутрь как прекрасное освежающее и питательное средство для людей, ослабевших после изнурительных болезней.

Отвар очищенного зерна с молоком и медом: стакан овсяной крупы заливают 5 стаканами воды, выпаривают путем кипения до половины (до густоты жидкого киселя). Процеживают и вливают в отвар равное количество молока — около 2 стаканов — и кипятят 5 минут вновь. В полученную таким путем жидкость добавляют 4—5 чайных ложек меда и хорошо промешивают. Полученный приятный напиток принимают в теплом виде в 2—3 приема до еды, настой из крупы с медом по вкусу пьют, как чай — без ограничения.

10. Веточки и листья *омелы белой* в виде чая с медом по вкусу рекомендуются для поднятия жизненного тонуса ослабевшим людям пожилого возраста, а при головокружении — любого возраста. Обычно используют омелу с берез.

Чай: 2—3 ст. ложки сырья настаивают час в литре кипятка, иногда кипятят до 5 минут. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды, для чая берут 1 ст. ложку сырья и пьют с медом по вкусу без ограничения.

11. Если есть возможность ежедневно давать детям и взрослым по горсти орехов *кедра сибирского* — это значительно повысит устойчивость организма к ряду заболеваний, увеличит долголетие человека, кедровые орехи восстанавливают мужскую силу и возвращают бодрость человеку.

12. Измельченные плоды *грецкого ореха с медом, молоком* или *сливками* показаны людям истощенным, больным как высококалорийный продукт питания, способствующий быстрому выздоровлению, особенно при заболеваниях, истощающих организм, восстанавливающий бодрость и потенцию.

Приготовление смеси: в стакан мелкоизмельченных ядер плодов наливают 2 стакана молока или сливок, добавляют 1/2 стакана овсяной муки и меда. Все тщательно промешивают и принимают внутрь по 2/3 стакана смеси 3—5 раз в день за час до еды.

13. Корень *пастернака обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как общетонизирующее и возбуждающее половую функцию средство.

Настой или отвар: 2 ст. ложки свежеизмельченных корней смешивают с 3 чайными ложками сахарного песка, заливают стаканом теплой кипяченой воды (иногда эту смесь кипятят 5 минут), настаивают 8 часов и пьют по 1/2 стакана настоя или отвара 3—4 раза в день до еды.

Настойка корней: 40—50%-ная на 40°-ном спирте по 20—30 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

14. Сок из свежего растения *пустырника сердечного* по 30—40 капель принимают на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день как тонизирующее средство при нервных, сердечных и многих других заболеваниях.

Препараты пустырника полезны курильщикам, страдающим болезнью сердца (миокардиопатия на почве никотинизма).

На зиму свежий сок травы консервируют: сок — 2 части, 70°-ный спирт — 3 части и принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

15. Проросшая зерновка *пшеницы*, принимаемая внутрь, способствует повышению иммунитета и омоложению организма. Используют ее для лечения прогрессирующей мышечной атрофии, импотенции и др. недугов.

Приготовление солода: зерно пшеницы, ржи, реже кукурузы моют и помещают в один слой между двумя слоями льняной или хлопчатобумажной ткани, хорошо промоченной в теплой воде, и оставляют при, комнатной (+22...+24°С) температуре. Верхнюю ткань периодически увлажняют до появления (прокалывания) ростков. Обычно они появляются через 1—2 суток. Проростки целебны и вкусны, если длина их не более 1 мм. Принимают это проросшее зерно без приправ или с перетертыми фрукта-

ми. Если зубы не в порядке, то проросшее зерно после просушивания можно перемолоть в муку. Такая солодовая мука хороша как добавка к салатам, соусам, киселям и т. д. Если этот порошок засыпать в стакан со свежескипяченным молоком или кипятком, то получается каша или кисель.

Солод в алюминиевой посуде готовить нельзя!

16. Корнеплод и корни *родиолы розовой* (золотого корня) в виде экстракта принимают внутрь при нервных болезнях (астенических состояниях, повышенной раздражительности, различных неврозах, при нервном и физическом истощении), упадке сил и как общеукрепляющее и тонизирующее средство.

Экстракт: 1 : 1 на водке, принимают внутрь по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

17. Листья *смородины черной* в виде чая пьют при общем недомогании, мышечной слабости, малокровии, гипертонии и многих других заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют как чай по стакану 3—5 раз в день до еды.

18. Корневища *солодки голой* в виде настоя или отвара принимают внутрь при многих заболеваниях как сильное тонизирующее средство женшенеподобного действия, обеспечивающее долголетие, улучшающее показатели крови и иммунного статуса.

Настой: 15—20 г корневищ настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке или 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: ст. ложку корневищ варят 15 минут в стакане воды и выпивают за день глотками, лучше до еды.

19. Пыльца от шишек *сосны обыкновенной лесной*, принимаемая внутрь, предохраняет организм от преждевременного старения и удлиняет жизнь.

Собирают цветущие желтые шишки, сушат, а затем из них высыпают пыльцу. Принимают ее на кончике ст. ножа (примерно по 1 г) 2—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, за час до еды.

20. Траву *сушеницы лесной* в виде настоя принимают внутрь при анемии, общей слабости, неврозах и др. недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

21. Для удовлетворения потребностей организма в минеральных элементах и как тонизирующее средство предлагается очень простой рецепт: 2 чайные ложки *яблочного уксуса* и 2 чайные ложки *меда* смешивают в стакане теплой кипяченой воды и выпивают все 1—2 раза в день, лучше до еды, в зависимости от состояния организма, умственной и физической нагрузки. Эта смесь имеет вкус яблочного сидра и содержит весь набор минеральных элементов, входящих в состав яблока; в меду находятся минеральные элементы, содержащиеся в цветах. Эта регулярно принимаемая смесь полезна больным и здоровым.

Полезно также всем вместо пшеничного хлеба и крупы есть черный (ржаной) хлеб, овсяные каши и супы и проросшую пшеничную, ржаную или кукурузную крупу (солод).

22. Вымытый и мелкоперетертый *чеснок*. 350 г сметанообразной массы из перетертого чеснока настаивают 10 дней в 350 мл 96°-ного спирта в темном и прохладном месте. Фильтруют через плотное льняное полотно и остаток отжимают. Используют этот препарат как биостимулятор при очень многих заболеваниях и как средство для омолаживания организма.

Для данного метода лечения необходимо всего около 300 мл настойки. Пить эту настойку следует каплями и обязательно с 50 мл свежего и теплого молока.

Другие жидкости не подходят!

Схема приема препарата (в каплях)

Дни	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й	8-й	9-й	10-й
Завтрак	1	4	7	10	13	15	12	9	6	3
Обед	2	5	8	11	14	14	11	8	5	2
Ужин	3	6	9	12	15	13	10	7	4	1

Далее продолжают принимать эту настойку по 25 капель на 50 мл теплого молока, пока не кончится настойка (примерно 4—5 месяцев). При этом организм очищается от избытка жиров и известковых отложений, резко улучшается обмен веществ — и в результате устраняются многие заболевания в открытой и скрытой форме.

Препараты чеснока не рекомендуется принимать больным гиперацидными гастритами.

23. Траву, реже корни, *якорцев стелющихся* — в виде отвара принимают внутрь в малых дозах и регулярно как тонизирующее средство после перенесенных инфекционных заболеваний и оперативных вмешательств.

Отвар: ст. ложку сырья варят 30 минут в стакане воды, настаивают час. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1—2 ст. ложки теплого отвара 3—5 раз в день, лучше до еды.

Строгая дозировка!

24. Молодые клубни *ятрышника обыкновенного* в виде настоя (слизи) принимают внутрь при старческом истощении, для поддержания сил после перенесенных тяжелых и продолжительных заболеваний, потере сил и нервно-мозговом истощении.

Настой: ст. ложку измельченных клубней настаивают час, часто взбалтывая в стакане кипятка или молока. Полученную слизь можно с медом по вкусу принимать по 2—3 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

25. Сока из биостимулированных листьев *агавы американской* или *алоэ* — 150 мл, измельченных ядер *грецкого ореха* — 500 г, меда центробежного — 300—400 г, свежеприготовленный сок из 3—4 *лимонов*. Все тщательно смешивают путем подогрева в водяной бане и ждут до полного остывания смеси.

Эту смесь принимают по 1 чайной или десертной ложке 3—5 раз в день за 30—40 минут до еды как активный биостимулятор для истощенного организма.

26. *Смалец свиной* или *гусиный* — 100 г, мед центробежный — 100 г, сок из биостимулированных листьев *алоэ* — 150 мл, порошок из *какао* (для вкуса) — 50 г. Все тща-

тельно перемешивают путем перетапливания жиров и, без кипения, др. компонентов до полного остывания.

По остывании хранят в холодильнике и принимают по 1 чайной или ст. ложке смеси, растворенной в стакане горячего молока, 3—4 раза в день, лучше до еды, при истощенном организме, упорном бронхите, туберкулезе легких и др. заболеваниях как доступный биостимулятор.

27. Корня заманихи высокой — 20 г, корнеплода родиолы розовой — 20 г, травы крапивы двудомной — 30 г, плодов шиповника — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как активный биостимулятор для истощенного и физически ослабленного организма.

28. Корня аралии маньчжурской — 10 г, корня первоцвета весеннего — 15 г, травы астрагала пушистоцветкового — 20 г, травы крапивы двудомной — 40 г, плодов шиповника — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды или как чай — без дозировки как доступный биостимулятор для истощенного организма.

29. Травы астрагала пушистоцветкового — 20 г, травы горца птичьего — 20 г, травы заячьей капусты (очиток едкий) — 10 г, травы крапивы двудомной — 30 г, плодов шиповника — 40 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 3—4 часа в 0,5—1 литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды или как чай — без дозировки как доступный биостимулятор для истощенного организма.

30. При физическом и нервном истощении больной продолжительное время пользовался данными выше рекомендациями, а результаты неудовлетворительны. Следовательно, необходимо подумать о первопричине недуга. Возможно, она заложена в организме в виде шлака,

накопленного многими годами неразумной жизни, в желудочно-кишечном тракте особенно.

Значит, в первую очередь необходимо помочь организму отторгнуть этот шлак путем чистки его, и начинать ее следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но полной очистки результаты вышеизложенных рекомендаций будут положительны, а исцеление ускорится.

✦ БОЛЕУТОЛЯЮЩИЕ СРЕДСТВА (при хирургических и др. заболеваниях)

1. Траву и семена *белены черной* в виде порошка, настойки или масла принимают внутрь и используют наружно как спазмолитическое и болеутоляющее средство.

Настойка: ст. ложку листьев настаивают 7—10 дней в 100 мл спирта или водки и пьют по 2 капли настойки на ст. ложку кипятка при раздражающем и спастическом кашле, спазмах желудка, судорожной рвоте, головной боли и невралгиях.

Наружно применяется беленное масло (сгущенную настойку листьев на спирту смешивают с небольшим количеством постного масла), которое используют для растираний при подагрических болях, артрите и ревматизме.

Порошок из листьев, сваренный в постном масле, применяют для закапывания в уши при болях в области среднего уха.

Беленное масло: 20—30 г истолченных семян и листьев смешивают со 100 мл подсолнечного масла, настаивают 7—10 дней и используют для растираний.

2. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настойки в малых дозах принимают внутрь при сильных, нестерпимых болях в желудке и кишечнике, судорожном кашле, судорогах и др. заболеваниях.

Настойка: 2 части листьев и семян настаивают 15 дней

в 4 частях 96°-ного спирта и пьют по 2 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды, не более 5 раз в день.

Настойка очень ядовита!

3. Листья и семена *дурмана обыкновенного (вонючего)* в виде порошка из листьев или настойки из плодов или листьев принимают в очень малых дозах внутрь при сильных желудочно-кишечных болях как наркотическое средство, при судорожном кашле, одышке и др. недугах.

Порошок из листьев на кончике ст. ножа или высушую дневную дозу — 0,1—0,3 г употребляют, запивая теплой кипяченой водой.

Настойка из плодов: 1 часть измельченных семян настаивают 7—10 дней в 5 частях 70°-ного спирта и пьют по 2 капли на ст. ложку теплой кипяченой воды не чаще 5 раз в день.

Растение очень ядовито!

4. Листья или траву *кипрея узколистного (иван-чая)* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное противовоспалительное средство, особенно при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают час и более в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Траву (листья) и корни *красавки (белладонны)* в виде порошка или настойки принимают внутрь как спазмолитическое и болеутоляющее средство при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника, воспалении желчного пузыря, спазмах кишечника и многих других недугах.

Порошок из листьев на кончике ножа (0,01—0,02 г) употребляют, запивая теплой кипяченой водой 2—3 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте, пьют 5—10 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день.

Препараты из красавки противопоказаны при глаукоме и кормящим грудью матерям.

6. Корень *лабазника (таволги)* в виде мази из порошка используют для втираний на пораженные ревматизмом суставы как болеутоляющее средство.

Мазь: 1 часть порошка из корня на 4 части несоленого сливочного масла.

7. Траву *омега пятнистого (цикуты)* в виде мази используют наружно как болеутоляющее средство при невралгиях и др. болях, приступах подагры, радикулите, ревматизме, болях в суставах, ишиасе и т. п.

Мазь: от 1 до 7 г порошка из травы перетапливают с 20 г топленого сливочного или другого жира и используют для легких втираний.

Препарат ядовит, очень!

8. Траву с плодами *наслена черного* в виде ванн применяют при подагрических болях, радикулите, ревматизме, ишиасе и невритах как болеутоляющее средство.

Концентрация настоя и температура ванны максимальная, время 20 минут, лучше на ночь.

9. Семена *подорожника большого, среднего* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и обезболивающее средство при язве желудка и двенадцатиперстника (любое состояние) и колитах.

Настой: ст. ложку измельченных или целых семян настаивают 30 минут в 1/2 стакана кипятка, промешивают и выпивают все вместе с семенами за 30 минут до еды при болях, они в желудочно-кишечном тракте проходят достаточно быстро.

10. *Прополис* в чистом виде и препараты из него в виде аэрозолей, настоек, настоев или масляных вытяжек с успехом используют как сильное бактерицидное, обволакивающее, очищающее и обезболивающее средство. С помощью этих препаратов, как правило, достаточно быстро достигается положительное воздействие в хирургии, стоматологии и терапии.

Прополис в чистом виде по 3—5 г 3—4 раза в день за 60—90 минут до еды продолжительное время жуют, потом — глотают.

Настойка из него: 15—25%-ная на 70°-ном спирте. Принимают обычно по 20—30 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

Масло прополисное готовят в зависимости от заболевания и назначения (внутреннее или наружное): от 10%-ного до 25%-ного.

11. Скипидар (терпентиновое эфирное масло) *сосны обыкновенной* применяют наружно для растираний как местнораздражающее, отвлекающее и обезболивающее средство при невралгиях, миозитах, подагре, ревматизме и т. п.

Для этих целей используют и лечебные ванны из сосны (опилки и хвою).

Мазь: 25—50 г скипидара на 150—200 г любого несолевого внутреннего жира.

12. Цветки и листья *тысячелистника обыкновенного* в виде настойки или настоя с успехом используют как достаточно сильное кровоостанавливающее, противовоспалительное, обезболивающее и ранозаживляющее средство.

Настойка: 20%-ная на спирте или водке, используют в основном наружно для обработки ран.

Настой: ст. ложку сырья настаивают час, фильтруют и используют как настойку.

13. Почki *тополя пирамидального* и др. видов в виде настойки используют наружно вместо йода при порезах, ушибах и др. повреждениях кожи как болеутоляющее, кровоостанавливающее и бактерицидное средство. Кроме того, эту настойку используют для растирания при подагре, радикулите и ревматизме.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте или водке.

14. Шишки *хмеля обыкновенного* в виде мази используют наружно как болеутоляющее средство при нарывах, ушибах, язвах на коже и ревматических болях как растирание.

Мазь: 1 часть порошка из шишек настаивают 10 дней в 1 части спирта, потом смешивают с 2 частями перегретого несоленого сливочного масла или внутреннего жира и промешивают до полного остывания — мазь готова.

15. Траву *чабреца (тимьяна ползучего)* в виде настойки на спирту используют наружно для втирания как обезболивающее средство при радикулите, ревматизме, различных болях в суставах и параличах.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте для растирания больных мест.

Мазь: 1 часть порошка из травы на 4—5 частей любой жировой основы.



✦ **ВЕНЕРИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ** — часто острые, инфекционные заболевания, предаваемые преимущественно половым (контактным) путем.

1. Листья *вербены лекарственной* в виде настоя пьют как кровоочистительное средство при венерических заболеваниях, иногда и язвах от них на коже.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают час и более в литре кипятка и пьют по $2/3$ —1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Траву *горца почечуйного* в виде настоя пьют при венерических заболеваниях как кровоочистительное средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по $1/2$ — $2/3$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при гонорейных воспалениях мочевыводящих путей и сифилисе.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают час и более в литре кипятка и пьют по $2/3$ —1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой для наружного применения: 5—6 ст. ложек травы настаивают 1—2 часа и используют для подмывания и ввода в уретру.

4. Корень *деребенника иволлистного* в виде настоя принимают внутрь при венерических заболеваниях как кровоочистительное средство.

Настой: 2—3 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в

0,5 л кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

5. Цветочные корзинки *календулы обыкновенной* в виде настоя используют для спринцевания и ввода в уретру как сильное антисептическое средство при трихомонадных кольпитах.

Настой: 30%-ный, используют в теплом виде.

6. Корневища *касатика болотного (желтого)* в виде настоя принимают внутрь и используют для подмывания и спринцевания при воспалительных процессах женской половой сферы (воспалении яичников и др. гинекологических заболеваниях, протекающих с белями) и трихомонадных кольпитах.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—4 ст. ложки настоя 4—6 раз в день, лучше до еды, этим же настоем спринцуются.

7. Корневища *кровохлебки лекарственной* в виде настоя-ки или отвара принимают внутрь, а отвар используют и для спринцевания как бактерицидное средство при трихомонадном воспалении влагалища.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают внутрь по ст. ложке 5—6 раз в день, лучше до еды.

Отвар: ст. ложку корневищ варят 30 минут в стакане воды и пьют по ст. ложке отвара 5—6 раз в день, лучше до еды, этот же отвар используют для спринцевания.

8. Цветки или корневища *кубышки желтой* в виде эмульсии или водного настоя используют для спринцевания как более активное противотрихомонадное и бактериостатическое средство.

Применяют в виде 0,5%-ной эмульсии, настоя или в виде глобулей.

9. Траву *ланчатки серебристой* в виде настоя принимают внутрь при венерических заболеваниях, заболеваниях, вызванных поднятием тяжести и др.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают в горячем месте 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

10. При трихомонадных кольпитах используют и пчелиный мед. Во время лечения рекомендуется (лучше после чистки рта) ежедневно принимать по 100—150 г меда внутрь, задерживая максимально долго во рту, особенно под языком.

Кроме того, пропитанный теплым медом ватный тампон вводят в шейку матки, во влагалище и наружные половые органы. Такие процедуры повторяют в течение 7 дней, до полного выздоровления.

11. Корень *молочая* в виде настоя принимают внутрь при сифилисе.

Настой: 1—2 чайные ложки корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают внутрь по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Околоплодники незрелого (зеленого) *грецкого ореха* используют наружно в виде 0,1%-ного спиртового или масляного раствора с целью подавления кокковой и грибковой фауны для смазывания наружных половых органов.

Листья ореха в виде чая пьют как кровоочищающее средство при венерических заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

13. Кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь как кровоочищающее средство при сифилисе и др. венерических заболеваниях.

Отвар: ст. ложку коры кипятят час в стакане воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки отвара 3—5 раз в день, лучше до еды.

14. Корневища *осоки песчаной (мохнатой)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочищающее средство при сифилисе и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

15. Траву *проломника северного (перелойная трава)* в виде настоя принимают внутрь при гонорее у мужчин, нервных расстройствах и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Очищенный *прополис* и его препараты принимают внутрь как активное кровоочистительное и исцеляющее весь организм средство от многих недугов, в том числе и таких сложных инфекционных заболеваний, как сифилис и СПИД.

Принимают очищенный прополис по 7—10 г 3—5 и более раз в день, лучше до еды, продолжительно жуя, потом глотают.

15—25%-е *прополисовое масло* следует включать в рацион питания, намазывая на хлеб или иным способом. Приготовление масла — в разделе «Бронхиальная астма» и других.

17. Корневища *солодки (глицирризин ее)* в виде настоя без ограничения принимают внутрь (иногда в комплексе с другими средствами и целенаправленно) при венерических заболеваниях, в т. ч. и СПИДе, как средство, уничтожающее антигены ВИЧ, улучшающее показатели крови и иммунного статуса.

Настой: 3—4 ст. ложки измельченного корневища настаивают 2—3 часа или ночь в литре кипятка, фильтруют, добавляют 30—50 мг (на кончике ст. ножа) маточного (пчелиного) молочка, размешивают и пьют с медом по вкусу по стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды без ограничения — как воду.

18. Листья *толокнянки обыкновенной (медвежьих ушки)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при венерических заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают ночь в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как эффективное кровоочистительное средство при венерических заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки листьев; настаивают ночь в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Свежеприготовленный сок из корнеплода лука репчатого или сгущенной вытяжки из него смешивают 1 : 1 с глицерином и используют при трихомонадных кольпитах.

Применение: очищают влагалище, вводят в него марлевую полоску (тампон) длиной 20—30 см и шириной 3 см, обильно пропитанную этой смесью. Такой тампон должен заполнить все своды влагалища. Продолжительность пребывания тампона 6 часов, затем этот срок может быть удлинен до 12 часов. Его вводят ежедневно, предпочтительно вечером. После удаления тампона спринцеваний не делают, но больная должна подмываться теплой кипяченой водой. Курс лечения состоит из введения 15—20 тампонов.

21. Мед центробежный — 50%-ный, новокаин — 0,5—50%-ный тщательно промешивают и этой смесью производят 2 раза в день инстилляций (введение в уретру) при трихомонадном кольпите и уретрите. Улучшение у мужчин наступает уже на 2-й день. Курс лечения мужчин 4—5 дней. Женщины этот раствор используют для спринцевания.

22. Корня мыльнянки — 15 г, корня бузины травянистой — 15 г, травы грызника голого — 15 г, цветов таволги вязолистной — 15 г.

Отвар: 2—3 ст. ложки сбора кипятят 10—15 минут в 4 стаканах воды и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при венерических заболеваниях.

23. Почки тополя (осокоря) — 25 г, почки березы белой — 25 г. Сбор в виде настойки принимают внутрь и используют наружно как средство, убивающее стафилококки и др. микроорганизмы, а также грибки и простейшие. Эту настойку с успехом применяют при трихомонадных кольпитах.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Для наружного применения ее смешивают 1 : 1 с глицерином и медом, используют для спринцевания и введения в уретру.

24. Кашицей или соком из корнеплода *чеснока посевого* лечат трихомонадный кольпит.

Применение этого средства подобно препаратам лука — см. № 20.

25. Листьев *березы* — 20 г, коры *дуба* — 20 г, соцветий *календулы* — 20 г, травы *лаванды обыкновенной* — 10 г, соцветий *ромашки аптечной* — 30 г, травы *сушеницы болотной* — 20 г, цветков *черемухи* — 10 г, травы *чернобыльника* — 10 г, листьев *шалфея лекарственного* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют и используют в теплом виде для спринцевания 2—3 раза в неделю перед сном как быстродействующее средство при трихомонадных кольпитах.

26. Корни *хрена обыкновенного* в виде сока или настоя используют наружно как более эффективное средство при трихомонадных кольпитах, причем протистостатическое действие его к весне нарастает.

Настой: 0,5 кг вымытого и очищенного корня натирают на мелкой терке, кашицу эту заливают литром теплой кипяченой воды, закрывают крышкой и настаивают сутки. Процеживают, отжимают и используют для обмываний или спринцеваний.

27. При венерических, инфекционных и др. подобных заболеваниях.

Первопричиной многих (кроме механических повреждений) заболеваний, как правило, является истощение иммунной системы больного вследствие зашлакованности в первую очередь кишечника.

Если организм не справляется с недугом (неважен источник заражения, стадия, степень и др.), значит, он зашлакован, засорен многими годами или всей жизнью (неважен возраст больного), и ему необходимо помочь в отторжении шлака. Начинать эту помощь следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но тщательно проведенной чистки, результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

28. После тщательно проведенной очистки кишечника

больного переводят на вегетарианскую пищу, содержащую в своем составе максимум железа, с минимальной термообработкой, или фруктово-овощные соки без ограничения.

Такая пища способствует подавлению роста вируса иммунодефицита человека.

Много железа содержат в себе: айва продолговатая, земляника, клевер красный, крапива двудомная, медуница, морковь культурная, свекла красная, спорыш, тутовник с черными плодами, тыква столовая, яблоки и др. растения.

29. При венерических заболеваниях, в том числе и сифилисе во вторичном и третичном периоде, с язвами, поражениями внутренних органов, параличе и др. недугах.

При запущенной форме этих заболеваний, кроме вышеперечисленных рекомендаций, следует использовать и *уринотерапию*, дающую достаточно быстрый результат, особенно после чистки кишечника.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь отстоянной воды, смешанной с малой толикой его мочи, количество которой каждый день увеличивают, как бы моча ни выглядела, до стакана 3—5 раз в день.

Наружно (обязательное условие этой терапии) больному делают массаж (растирание) тела мочой, взятой от здорового человека того же пола, смешанной с малым объемом собственной мочи, на область шеи, груди и спины. Массаж такой теплой смесью производят ежедневно в течение двух и более часов 2—3 раза в день. После массажа такой смесью, но с большей концентрацией мочи больного, ставят теплые компрессы на шею, грудь и спину. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом больного укутывают, а по мере высыхания увлажняют снова и снова укутывают.

Через 3—4 дня такой терапии моча больного будет выглядеть достаточно чистой, и его поят по стакану этой мочой 3—5 раз в день и отстоянной водой.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, и ее используют до полного выздоровления, примерно 2—3, реже больше, недель.

После продолжительного лечения голодом переводят на овоще-фруктовую диету или соки, можно с медом по вкусу, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

30. При подозрении на такое страшное заболевание как СПИД (заразное, способствующее развитию многих других заболеваний), тем более, если оно подтверждено лабораторно, не следует ждать чуда, теряя драгоценное время. Необходимо достаточно быстро обратиться к средствам, созданным Природой. Не было, нет и быть не может такого заболевания, противоядие которому Она не предусмотрела. Природа — самый лучший врачеватель при всех заболеваниях (не важен возраст больного, источник заражения, стадия, степень болезни и т. д.), особенно, если к Ней обратились вовремя и упорным трудом добивались исцеления.

Следует понимать, что если организм сам не справляется с недугом, значит он засорен (зашлакован) и по этой причине истощена его иммунная система — основа здоровья всего организма. Следовательно, необходимо помочь ему в отторжении шлака, укрепить (тонизировать) иммунную систему и одновременно принимать средства, активно способствующие уничтожению вируса ВИЧ.

При полном соблюдении изложенных здесь рекомендаций результаты исцеления будут непременно положительными, особенно если больной в своем исцелении упорен, терпелив и настойчив.

31. При СПИДе и др. сложных инфекционных заболеваниях необходимо помочь своему больному организму исцелиться от этих недугов и начинать эту помощь следует с полной и тщательной очистки его кишечника как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Одновременно не будет лишним провести и чистку рта больного по рекомендации № 19 в разделе «Кровоочистительные средства». После этих, тем более двух тщательно проведенных чисток результативность всех ниже указанных рекомендаций повысится во много раз, достаточно быстро улучшится общее самочувствие больного и полное его исцеление.

32. При множественных заболеваниях в организме,

первопричиной которых является СПИД, в первую очередь следует исходить из недугов его на данный момент (общая слабость, резкое уменьшение массы тела, недуг в легких, онкологические и др. заболевания). После чистки организма (как указано выше) переводят больного на высококалорийную вегетарианскую (растительного происхождения) пищу, устраняя следствие, пользуясь рекомендациями этого справочника по конкретным недугам, одновременно всеми видами терапий устранять первопричину.

В рационе питания больного желательны *прополис* и его препараты (масло, экстракт и т. д.), верхушки цветущего растения *овеса посевного* и его крупа, солод из *кукурузы*, *пшеницы* или *ржи*, плоды *кедра*, *фисташки* и т. д. Вместо кофе, чая и др. напитков полезно принимать препараты из растительных средств (по показаниям на данный момент), рекомендации которых следует смотреть в разделах этого справочника. Ограничить (свести на нет) в рационе питания мясные продукты, соль и сахар.

И последнее. При исцелении такого сложного заболевания не следует мудрить или хитрить, довольствуясь одним компонентом. Заболевание это слишком сложно своими последствиями. Поэтому устранять его необходимо только с помощью комплекса средств и терапий, рекомендованных выше.

33. При нервном и физическом истощении, истерии, волнениях и бессоннице показаны препараты *астрагала*, *валерианы лекарственной*, *желтушников*, *йода*, *пустырника*, *синюхи лазурной* и многие другие, применение которых оговорено в разделах «Бессонница», «Неврастения» и других.

34. Очищенный *прополис* и его препараты принимают внутрь как более активное кровоочистительное и исцеляющее весь организм средство от многих недугов, в том числе сложных инфекционных заболеваний как сифилис и СПИД.

Принимают по 7—10 граммов очищенного прополиса 3—5 и более раз в день, продолжительно его жуя (ценна и прополисовая слюна), потом глотают за 1—1,5 часа до или после еды, можно и на ночь.

15—25%-ное прополисовое масло следует включать в

рацион питания (намазывая на хлеб или иным способом). Приготовление — в разделе «Бронхиальная астма», № 34 и других.

35. Траву *астрагала пушистоцветкового* — 1 ст. ложку, траву *барвинка малого* — 1 ст. ложку, траву и корневища *горца птичьего* — 2 ст. ложки, корневища *солодки голой* — 2 ст. ложки, почки *тополя* — 2 ст. ложки, траву *фиалки трехцветной* — 2 ст. ложки.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа (или ночь) в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают по 1/2—1 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды как активное кровоочистительное и тонизирующее организм средство.

✚ **ВЕСНУШКИ** — появляются вследствие нарушения обмена веществ в организме, чаще в юношеском возрасте.

1. Плоды *дыни обыкновенной* в виде сока используют как косметическое средство против веснушек и угрей. Соком из мякоти делают массаж (втирание) кожи лица.

2. Корневища *касатика болотного (желтого)* в виде произвольного по концентрации теплого настоя используют для компрессов или обмываний с целью устранения веснушек, морщин и др. изъянов на лице.

3. Порошок из *горчицы сарептской* 1 : 1 с медом, смешанный с отваром из цветков лилии белой, используют для легкого втирания в кожу лица при веснушках.

Состав препарата: 1 часть горчицы, 1 часть меда из части 10%-ного отвара из цветков.

4. При веснушках, прыщах и угрях на лице необходимо растирать все лицо и шею в течение часа и более своей теплой мочой. После растирания желательно на эти места поставить теплые компрессы из собственной теплой мочи и подержать максимально долго. Для ускорения восстановления обмена веществ в организме полезно выпивать по 1/2—1 стакану своей мочи 2—3 раза в день до еды. Такой комплексный подход к лечению в течение 1—2 недель очистит все лицо, оно станет как у младенца.

✚ **ВИТИЛИГО (песь)** — хроническое, нередко прогрессирующее заболевание, характеризующееся появлением на коже очагов депигментации (обесцвечивания). Этиология этого заболевания неизвестна. Полагают, что в патогенезе заболевания играют роль нейроэндокринные нарушения. Развитию заболевания способствуют психические травмы, нарушения функций надпочечников, щитовидной и половых желез.

1. Плоды *амми большой* в виде порошка и настойки используют для приема внутрь и втирания на пораженные участки тела (результативнее с последующим ультрафиолетовым облучением). При витилиго принимают порошок по 0,02—0,04 г (на кончике ст. ножа) 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, и втирают на пораженные участки тела 2%-ную настойку из плодов на 70°-ном спирте с последующим облучением этих мест. Первое облучение должно продолжаться 1 минуту, максимум — 12 минут. На курс лечения требуется примерно 10—15 г порошка, 100 втираний и облучений.

Этот метод лечения противопоказан беременным, гипертоникам, при заболеваниях печени и почек.

2. Сок мякоти *дыни обыкновенной* используют для втирания на участки тела, пораженные пигментными пятнами, веснушками и угрями.

3. Корни *горчичника крымского* в виде настоя принимают внутрь при витилиго, головной боли и др. недугах.

Настой: чайную ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Свежий корень *бедренца камнеломного* в виде сока из него или кашицы используют для втирания на пигментные пятна с целью их выведения.

5. Траву и корни *одуванчика* в виде настоя принимают внутрь, а мазь из одуванчика используют наружно при пигментных пятнах на коже и др. заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Мазь: порошок из сырья или сгущенный (сметанооб-

разный) настой смешивают 1 : 3 с медом, растирают пораженные участки тела, смывают отработанную мазь молочной сывороткой.

6. Листья *пастернака посевного* (белый корень) в виде настоя (или в смеси с др. растениями) принимают внутрь и используют наружно для восстановления пигментации кожи при витилиго и др. ее поражениях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды в течение недели, потом по 2/3 стакана такого настоя 3—4 раза в течение недели и одновременно делают растирание пораженного участка теплым настоем.

7. Плоды (семена) *петрушки огородной* в виде производного по концентрации настоя с лимонным соком 1 : 3 используют для растирания пораженного участка кожи с целью удаления пигментных пятен и веснушек.

8. Траву *полыни обыкновенной* (чернобыльника) в виде сока или сгущенного теплого настоя используют для растирания, примочек или компрессов при витилиго, лишае и чесотке.

Настой: 2—3 ст. ложки сухой травы настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, подогревают и в горячем виде (без обжигания) применяют наружно.

9. Плоды и корни *исоралеи костяковой* в виде порошка принимают внутрь, а настойку из сырья используют для растирания и примочек наружно при витилиго.

Порошок принимают по 0,01 г (на кончике ст. ножа), запивая теплой кипяченой водой, 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте.

10. Корни *хрена обыкновенного* в виде настоя из свежего корня используют для растирания, обмывания лица и тела при пигментных пятнах и веснушках.

Настой: 30%-ный, настаивают 2 часа и применяют в теплом виде.

11. Траву *чистотела большого* в виде свежеприготовленного сока из него, настоя или настойки используют для примочек или втираний на участки кожи, пораженные пигментными пятнами и веснушками.

Настойка: 30%-ная на 40°-ном спирте.

Настой: 30%-ный, настаивают 2 часа, подогревают.

12. При пигментных пятнах и др. изъянах на коже больного переводят на вегетарианскую пищу. Наружно необходимо массировать (растирать) пораженные участки тела час и более теплой мочой больного. После продолжительного растирания на эти места ставят теплые компрессы из 3—5 слоев сложенного льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, закрепляют, потом укрывают, а по мере высыхания увлажняют снова. Для ускорения выздоровления следует выпивать по 1/2—1 стакану своей мочи 2—3 раза в день до еды.

✚ **ВОДЯНКА** — не болезнь, а признак заболеваний внутренних органов: сердца, почек, печени и др. Их сопровождают отеки, которые иногда достигают больших размеров. Чтобы избавиться от них, необходимо лечить основное заболевание.

1. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде настоя принимают внутрь при отеках сердечного происхождения, сердечных неврозах и др. заболеваниях.

Настой: чайную ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка или 1—2 чайные ложки на стакан кипятка. Принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды или через каждые 2 часа.

Строгая дозировка, ядовито!

2. Траву *астрагала нушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при водянке и отеках любого происхождения. Препараты из него оказывают благоприятное действие почти при всех сердечных заболеваниях, острых и хронических нефритах, ревматизме и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Корень *бедренца камнеломкого* в виде настойки принимают внутрь при водянке как мочегонное средство, как

средство, успокаивающее нервную систему, при запоре и многих других заболеваниях.

Настойка: ст. ложку корней настаивают 7—10 дней в стакане водки и пьют по 30—40 капель этой настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

4. Листья *березы белой* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках, одышке и многих других недугах. Под влиянием этого настоя значительно возрастает мочеотделение, при этом исчезают отеки, уменьшается одышка.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды, иногда употребляют и более крепкий настой.

5. Цветущие ветки *вереска обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при отеках ног вследствие заболеваний сердца и почек.

Настой: ст. ложку веток настаивают 2 и более часов в стакане кипятка и выпивают весь настой за день глотками, лучше до еды, при водянке.

6. Кору ветвей, корни или ягоды и корни *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь при водянке, болезнях почек и мочевого пузыря.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Корни (реже цветущую траву) *бузины травянистой* в виде настоя принимают внутрь при водянке, особенно почечного происхождения.

Настой: 3—4 ст. ложки корней настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют по стакану настоя 3—4 раза в день до еды, в рационе питания ограничивают все другие жидкости.

8. Траву и корни *верблюжьей колючки (перекати-поле)*, собранной во время цветения, в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке, задержке мочи у взрослых и наличии песка в моче.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Плодоножки *вишни обыкновенной* в виде отвара

принимают внутрь при водянке, как мочегонное средство при затрудненном мочеиспускании, камнях в почках и мочевом пузыре.

Отвар: 2 ст. ложки плодоножек варят 15—20 минут в стакане воды и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

10. Все растение *грушанки круглолистной* в виде настоя принимают внутрь при водянке, наличии гноя в моче, воспалении предстательной железы.

Настой: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают весь настой за день глотками, лучше до еды.

11. Верхушки веток *дрока красильного* в виде настоя пьют как сильное мочегонное средство при водянке сердечного и почечного происхождения.

Настой: ст. ложку сырья из дрока настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды или через каждые 2 часа, но принимают через день.

12. Корень *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке.

Настой: 10 г сухого корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя через каждые 2 часа.

13. Траву *золотарника обыкновенного (золотая розга)* в виде настоя принимают внутрь при водянке и отеках, камнях и песке в почках и мочевом пузыре.

Настой: 6 чайных ложек травы настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

14. Листья *календулы обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь при водянке, катарах желудка и удущье.

Отвар: ст. ложку сухих листьев варят 5 минут в стакане воды и пьют по 1—2 ст. ложки 4—5 раз в день до еды.

15. Корневища *касатика водяного (золотисто-желтого)*, *ириса желтого (аировидного)* в виде сока, настоя или порошка из него принимают внутрь при водянке, поносах и др. недугах.

Сок принимают по 4—6 капель 4—5 раз в день на ст. ложку теплой кипяченой воды.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке через каждые 1/2—2 часа.

Порошок: 1—2 г (на кончике ст. ножа) употребляют 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

16. Ветки и листья *кизильника черноплодного* в виде настоя принимают внутрь при водянке, желтухе и расстройствах желудочно-кишечного тракта.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3—1/4 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

17. Листья *копытня европейского (рвотного корня)* в виде настоя принимают внутрь при нарушениях сердечной деятельности и водянке.

Настой: чайную ложку листьев настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 4—5 раз в день, лучше до еды, не менее 10 дней.

18. *Кукурузные рыльца*, собранные во время цветения, в виде порошка, промешанные с медом 1 : 2, принимают по чайной ложке 3—5 раз в день до еды при отеках сердечного происхождения и туберкулезе легких.

19. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при водянке, одышке, головной боли и как нежное слабительное средство.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—6 раз в день до еды.

20. Корень *любистoka аптечного (зоря лекарственная)* в виде отвара принимают внутрь при водянке почечного происхождения.

Отвар: 30—40 г корня заливают литром воды, напаривают в духовке всю ночь, а утром кипятят 5—7 минут, после чего настаивают еще 20 минут. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

21. Траву *ортосифона (почечный чай)* в виде настоя принимают внутрь продолжительное время при водянке любого происхождения, подагре и многих других заболеваниях.

Настой: 1—2 чайных ложки травы настаивают час в

стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды в течение 30 и более дней.

22. Листья *паду́ба* (кустарника) в виде отвара принимают внутрь как мочегонное средство при водянке любого происхождения.

Отвар: ст. ложку листьев варят в 0,5 л воды, пока не выкипит половина жидкости, и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

23. Траву *панцери́и шерстистой* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке любого происхождения.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по ст. ложке настоя 3—5 раз в день до еды.

24. Листья *пастернака посевного* в виде отвара принимают внутрь как мочегонное средство при водянке и многих других недугах.

Отвар: ст. ложку листьев варят 10 минут в 2 стаканах воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

25. Корень *петрушки огородной* в виде настоя или отвара принимают внутрь при водянке, отеках сердечного происхождения, болезнях мочевого пузыря и многих других.

Настой: ст. ложку корня (свежегоперетертого или сухого) настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, одновременно ограничивают все другие жидкости.

Отвар: ст. ложку корней варят 10 минут в стакане воды, пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды и одновременно ограничивают все другие жидкости.

При нефрите препаратами петрушки пользоваться не следует.

26. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь при неправильном обмене веществ и водянке.

Настой: 4 чайные ложки корневищ настаивают 12 часов (или ночь) в стакане теплой кипяченой воды и выпивают в течение дня глотками, лучше до еды.

27. Кожуру (кожицу) *репы огородной* в виде горячего настоя принимают внутрь при водянке, сильном простудном кашле и как потогонное средство.

Настой: срезают верхнюю кожицу с вымытого корнеплода (с 10 реп), не трогая мякоти. Кладут набор кожуры в маленькую кастрюльку, заливают кипятком и замазывают под крышкой тестом. Ставят ее на 4 часа в горячую духовку или печку. Затем сливают настой, отжимают кожицу через плотное полотно и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раз в день до еды.

28. *Ряску маленькую* в виде настойки на водке или порошка из ряски на меду принимают внутрь при отеках нервного происхождения.

Настойка: ст. ложку порошка настаивают на 100 мл водки и принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

29. Траву и корни (все растение) *седача обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке, отеках, локализованных в брюшной области и нижних конечностях.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

30. Корни или траву *синеголовника плосколистного (полевого)* в виде настоя принимают внутрь как дочесанное средство при водянке, камнях в почках и мочевом пузыре, раздражающем кашле и бессоннице.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

31. Корни *стальника полевого (пашенного)* в виде настоя или отвара принимают внутрь как мочегонное средство при камнях в почках и мочевом пузыре, подагре и ревматизме.

Настой: ст. ложку корня настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Отвар: 30 г корней кипятят в литре воды до получения 0,5 л жидкости и пьют по 1/4—1/3 стакана отвара 3—5 раз в день, лучше до еды.

32. Траву *таволги вязолистной (лабазника)* в виде настоя принимают внутрь как сильное мочегонное сред-

ство при водянке, отеках, заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой № 1: чайную ложку травы настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и выпивают за день глотками.

Настой № 2: 2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

33. Кору корней *тутового дерева (шелковицы)* в виде настоя принимают внутрь при водянке, гипофункции почек и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют, можно с медом по вкусу, по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

34. Мякоть и сок *тыквы обыкновенной* включают в лечебную диетотерапию при водянке, отеках сердечного происхождения, заболеваниях почек и печени.

Принимают по 0,5 стакана сока из мякоти 3—4 раза в день до еды.

35. Черенки *тыквы обыкновенной* в виде отвара или порошка принимают внутрь как хорошее мочегонное средство при отеках сердечного и почечного происхождения (разных формах водянки).

Отвар: 2—3 раскрошенных черенка (15—20 г) кипятят 15—20 минут в 0,4 л кипятка, настаивают час и пьют по 1/2—1/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Порошок из черенков принимают по чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

36. Все растение (траву и корни) *цикория дикого* и измельченные черенки *тыквы обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь как хорошее мочегонное средство при водянке сердечного происхождения.

Отвар: смешивают сырье из цикория с черенками тыквы 1 : 1,2 ст. ложки сбора варят 10 минут в 0,4 л воды, настаивают час и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

37. Лист *березы* — 50 г, корень *стальника полевого* — 25 г, плоды *шиповника* — 25 г.

Отвар: ст. ложку сбора настаивают 6—8 часов в стакане воды, кипятят 15 минут, настаивают час и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

38. При явно выраженной водянке, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, ему необходимо провести очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Даже после единственной очистки результативность рекомендаций повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

❖ **ВОЛЧАНКА КРАСНАЯ** — системная, хроническая или острая. В типичных случаях сочетаются признаки поражения кожи, суставов, мышц, внутренних органов и нервной системы. Почти всегда первым симптомом бывает лихорадка, нередко достигающая температуры — 38—39°С с развитием выраженной адинамии. Характерно быстро наступление трофических расстройств: выраженное похудение, выпадение волос, развитие пролежней... Она обычно оставляет видимый след на щеках и переносице в виде красных пятен, напоминающих красную бабочку, которые зудят и чешутся.

1. Траву *болиголова пятнистого* в виде 10%-ной настойки на спирту или водке используют наружно как противозудовое и обезболивающее средство при волчанке и роже.

2. Соцветия *календулы* в виде настойки используют наружно при кожных заболеваниях (ожоги, обморожения, язвы, раны и т. п.).

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте или: чайную ложку настойки смешивают со ст. ложкой теплой кипяченой воды. Используют в виде примочек, орошений или повязок.

3. *Маточное (пчелиное) молочко* в смеси с медом используют наружно при хронической красной волчанке и эритематозах лица.

Смесь: 10 г молочка смешивают в водяной бане с 10—20 г меда и используют наружно для втираний или примочек, разведя смесь 1 : 1 в теплой кипяченой воде.

4. Корень *молочая болотного* в виде настоя принимают внутрь при сифилисе, кожном туберкулезе и труднозаживающих гнойных ранах. Наружно пораженные участки кожи смазывают млечным соком из молочая.

Настой: 1—2 чайные ложки корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

5. Эфирное масло *облепихи крушиновидной* применяют наружно как противозудное, обезболивающее и противовоспалительное средство при лучевых, рожистых и др. воспалениях на коже.

Пораженную поверхность кожи систематически в течение нескольких дней обрабатывают раствором антибиотиков. Толстые неснимающиеся некротические налеты удаляют с язвенной поверхности ножницами или острой ложкой. Для уменьшения болевых ощущений эту поверхность предварительно обрабатывают 5—10%-ным раствором прополиса, настойкой белены, болиголова или дурмана, затем с помощью пипетки на пораженное место обильно наносят облепиховое масло с последующим наложением марлевой повязки. Такую повязку меняют через день. Перед сменой повязки язвенную поверхность каждый раз обрабатывают 5—10%-ным раствором прополиса или антибиотиков.

Одновременно с лечением поражений на коже облепиховое масло принимают внутрь по 1—2 чайных ложки 3—5 раз в день до еды.

6. Молодые (клеякие) листья *ореха грецкого* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно в виде компрессов при туберкулезной и хронической волчанке, бородавчатом туберкулезе кожи и ряде др. кожных заболеваний.

Для этих целей с успехом используют и сок из околоплодников или максимально незрелых (молочных) плодов его. Иногда сок заменяют настоем из молочных орехов для наружного применения.

Настой из листьев: ст. ложку листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют, иногда добавляют по вкусу мед и пьют по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день, лучше

до еды. Этим же настоем в теплом виде делают растирание и компресс на пораженный участок кожи.

Для наружного применения лучше использовать сок незрелых плодов или настой из них.

7. Траву *подмаренника настоящего* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при неправильном обмене веществ, кожных заболеваниях (нарывы, фурункулы, экземы и многое другое).

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают в 0,5 л кипятка и принимают 3—5 раз в день до еды. Этим же настоем делают растирание и компрессы на пораженные участки кожи.

8. Свежеистолченные (сочные) листья *подорожника большого* используют наружно при абсцессах на коже, инфицированных ранах, фурункулах и многих других кожных заболеваниях.

9. При волчанке, хронических язвах с любой этиологией и др. кожных заболеваниях, трудно поддающихся лечению, с успехом используют 20%-ное *прополисное масло*, которое принимают внутрь и используют наружно для втираний. С его помощью в организме достаточно быстро восстанавливаются пораженные волчанкой функции органов и систем, кожа становится гладкой, прекращается шелушение и исчезает сыпь.

Результаты лечения этим препаратом будут значительно ускорены, если больной перед применением масла произведет полную и тщательную очистку своего кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

Приготовление и применение масла: 1 кг сливочного (несоленого) масла в эмалированной кастрюле доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 200 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси при температуре +80°C в течение 30 минут до полного остывания. Масло готово. Принимают его по ст. ложке 3—5 раз в день до еды. Наружно им растирают пораженные участки тела, а при необходимости делают повязки из этого масла.

10. Плоды *софоры японской* в виде настойки использу-

ют наружно и принимают внутрь при трофических язвах, острых гнойных и хронических нагноительных процессах на коже и длительно не заживающих ранах.

Настойка: 2 ст. ложки измельченных плодов настаивают 10 дней в 0,5 л водки, изредка взбалтывая. Принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды. Наружно — делают примочки или растирания на пораженные участки тела, желательно 2—3 раза в сутки.

11. Свежие листья *туи обыкновенной* в виде 10%-ной настойки на спирте или водке используют для втирания и примочек при красной волчанке.

12. Траву *чистотела большого* в виде порошка для мази используют для втирания на пораженные волчанкой (туберкулез кожи), псориазом и раком кожи места. Для наружного применения при этих заболеваниях пользуются часто свежим соком из этого растения.

Мазь: в перетопленное сливочное (несоленное) масло или внутренний жир кладут порошок из всего растения 1 : 1 и промешивают до полного остывания смеси. Мазь готова.

13. При красной волчанке и др. заболеваниях, когда до кризиса еще далеко, но появились на кожном покрове лица и тела сыпи, обычно розовые или красные, по форме бабочки, наблюдаются признаки болей в суставах и т. д., больному необходимо максимально быстро приступить к очистке своего организма от шлака, накопленного на протяжении многих лет жизни, и начинать ее следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Промедление с этой чисткой чревато многими осложнениями.

14. При волчанке, проказе, сифилисе и др. сложных заболеваниях, когда многие данные здесь рекомендации для больного неприемлемы, предлагается *уринотерапия*, требующая перевода больного на полное голодание с приемом внутрь по 1/2—1 стакану 3—5 раз в день собственной мочи и отстоянной воды.

Обязательным условием этой терапии является продолжительный массаж (растирание) пораженного участка тела (с запасом здорового) теплой мочой больного в течение

ние 2 часов 2—3 раза в день. Если для растирания тела количества мочи у него недостаточно, то ее можно брать у здорового человека того же пола, допускается брать и старую, но подогретую. Лечение будет значительно ускорено, если после массажа на пораженный участок тела поставить компресс из теплой мочи больного, а по мере высыхания компресса увлажнять его снова теплой или старой, но подогретой мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, примерно 1—3 недели, реже больше. Ее следует продолжать до полного выздоровления.

Такой метод лечения (особенно с чисткой кишечника) всегда дает положительные результаты.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой или соки с медом по вкусу, потом на обычную, лучше вегетарианскую.

❖ **ВЫПАДЕНИЕ И РОСТ ВОЛОС** — нарушение обмена веществ в организме, в кожном покрове, в частности и наследственный фактор.

1. Корневища *аира болотного* в виде настоя используют для обмывания и примочек при выпадении волос, для укрепления и роста их.

Настой: 20—30%-ный, настаивают 2 часа и используют в теплом виде.

2. Траву *бодяка (осо́та розового)* в виде настоя используют для обмывания и примочек участков кожи при различных заболеваниях, особенно поражениях волосистой части головы.

Настой: 20—30%-ный, настаивают 1—2 часа и используют в теплом виде 2—3 раза в неделю, лучше на ночь.

3. Листья *крапивы двудомной* или *жгучей* в виде настоя или настойки используют для втираний или примочек после мытья головы с целью укрепления и роста волос, при жирной коже головы используют настойку.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют и смачивают настоем кожу головы после мытья, закутывают полотенцем и высушивают, не вытирая, с целью укрепления и роста волос. Подобная процедура производится в течение 2 месяцев, 3 раза в неделю.

Настойка: свежие листья крапивы пропускают через мясорубку и смешивают с 10-кратным объемом 40°-ного спирта, настаивают 8—12 дней в закрытой емкости. Фильтруют и протирают ею кожу головы 2—3 раза в неделю, разводя ее пополам с теплой кипяченой водой при поседении волос, для укрепления их.

4. Корни *кубышки желтой* в виде отвара на пиве используют для мытья головы, чтобы лучше росли волосы.

Отвар: 2—3 ст. ложки корней варят 10 минут в 0,5 л пива, настаивают час.

5. Траву *липушки щетинистой* в виде настойки используют для втирания в кожу головы при гнездной плешивости для роста волос.

Настойка: 10%-ная на водке, втирают в кожу головы.

6. Корень *лопуха* в виде сгущенного настоя или мази используют как хорошее средство для выращивания волос.

Настой: 2—3 ст. ложки корней настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют и втирают в кожу головы после мытья ее без мыла 2—3 раза в неделю.

Мазь: 3—4 ст. ложки корней варят сгущением до половины, смешивают отвар 1 : 1 со свиным внутренним жиром (путем подогревания) до образования однородной массы, сливают в посуду с крышкой, замазав ее тестом, и ставят в печь или духовку на несколько часов. С оставшейся загустевшей массы сливают воду, если она не вся испарилась. Мазь готова, ее втирают в кожу головы при облысении.

7. Свежую кашницу из лука *репчатого* используют для втирания в кожу головы как средство для роста и закрепления волос при быстром выпадении их.

Шелуха из лука в виде отвара способна красить волосы.

Отвар: 30—50 г шелухи варят 15—20 минут в стакане

воды, процеживают и смазывают чистые сухие волосы, не вытирая их. Сушка естественная.

8. Центробежный *мед* принимают внутрь и используют 5—10%-ный настой его наружно для втирания в кожу головы, что усиливает рост волос — они становятся гуще, темнее и более упругими.

Принимают мед по 100—120 г, разделив на 3 порции, лучше до еды.

9. Корневища с корнями *морозника кавказского* в виде настоя или отвара используют наружно против перхоти и для роста волос.

Настой или отвар: чайную ложку корневищ настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, иногда отваривают до кондиции 1 стакан и моют голову, оставляя влажной на большой промежуток времени.

10. Траву *моркови культурной* в виде произвольного по концентрации отвара используют для мытья головы и оставляют ее мокрой на ночь, завязывая платком. Это средство укрепляет и улучшает рост волос.

11. Скорлупу ореха *кедра сибирского* в виде произвольного по концентрации отвара используют наружно для удаления волосатости рук и ног — моют руки и ноги в теплом отваре из скорлупы.

12. Стручки *красного (турецкого) перца* в виде легкой настойки используют для втирания в кожу волосистой части головы для усиления роста волос при гнездном выпадении их.

Настойка: 5%-ная на 40°-ном спирте.

13. Корнеплоды *пиона уклоняющегося* в виде настоя используют для мытья головы при слабости корней волос с целью усиления их роста.

Настой: 1—2 ст. ложки корнеплодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и используют наружно.

14. При гнездном и тотальном выпадении волос (распространенная форма гнездного облысения) с наличием обширных и множественных очагов поражения применяют 30%-ную *прополисную мазь* — вытяжку и раствор спиртового экстракта в виде ежедневных втираний в кожу волосистой части головы.

Можно сказать, что прополис заслуживает определенного внимания в терапии вышеуказанных дерматозов.

Мазь: 30—50%-ный раствор прополиса в спирте смешивают путем слабого кипячения с 50—60% растительного масла. Первые признаки роста волос варьируют в зависимости от тяжести заболевания — примерно 2—3 недели, иногда 1—2—3 и более месяцев, но непременно с положительным результатом.

15. При глубокой трихофитии волосистой части головы (стригущий лишай) и нарывной форме заболевания с расположением очагов на волосистой части головы используют 50%-ную *прополисную мазь*, приготовленную на растительном масле при слабом кипячении, или нативный прополис, растворенный в 96°-ном спирте до консистенции мази.

Мазь наносят на очаги поражения толстым слоем под вошеную бумагу или целлофановую пленку. В первые дни лечения иногда наблюдается увеличение воспалительной реакции, которая через 3—5 дней обычно стихает, инфильтрат рассасывается, прекращается зуд, уменьшаются или полностью исчезают болевые ощущения.

16. Цветки *ромашки аптечной* в виде настоя используют для окраски волос. Настоем моют волосы и голову в гигиенических целях, отчего волосы становятся мягкими, блестящими, золотисто-желтого цвета.

Настой № 1: 2 ст. ложки цветков настаивают час в стакане крутого кипятка. Фильтруют, осадок отжимают и смачивают теплым настоем волосы.

Настой № 2: 100 г цветков (при светлых волосах) или 200 г цветков (для темных волос) настаивают час в 0,5 л крутого кипятка. Этим настоем смачивают волосы и высушивают при обычной температуре.

17. Плоды *софоры японской* в виде настоя используют наружно при выпадении волос.

Настой: чайную ложку измельченных плодов настаивают 1—2 часа в 0,5 стакана кипятка. Фильтруют и делают примочки на кожу головы после мытья ее.

18. Траву (цветки и листья) *тысячелистника* в виде мази используют наружно при облысении.

Мазь: 1—2 ст. ложки порошка из травы настаивают в 1/2—1 стакане оливкового или подсолнечного масла 7—10 дней, втирают на пораженный облысением участок головы после мытья ее.

19. Корневищ *аира* — 2 ст. ложки, корней *лопуха* — 2 ст. ложки, цветков *календулы* — 4 ст. ложки, шишек *хмеля обыкновенного* — 3 ст. ложки.

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в литре кипятка, фильтруют и моют голову теплым настоем 2—3 раза в неделю для роста волос.

20. Корневищ *аира* — 1 ст. ложку, корней *лопуха* — 2 ст. ложки, шишек *хмеля* — 4 ст. ложки.

Настой: 6 ст. ложек сбора настаивают 2 часа в литре кипятка, фильтруют и моют голову теплым настоем 3 раза в неделю при выпадении волос для укрепления их роста.

21. Кору *ивы* — 1 ст. ложку, корней *лопуха* — 1 ст. ложку.

Назначение сбора, приготовление настоя и его применение — см. № 20.

22. Травы *вереска* — 2 ст. ложки, травы *крапивы жгучей* — 2 ст. ложки, корней *лопуха* — 2 ст. ложки, шишек *хмеля* — 1 ст. ложку.

Назначение сбора, приготовление настоя и его применение — см. № 20.

23. Листья *крапивы двудомной* — 3 ст. ложки, листья *мать-и-мачехи* — 3 ст. ложки.

Назначение сбора, приготовление настоя и его применение — см. № 20.

24. 100 г листьев *крапивы двудомной* настаивают 4 часа в 0,4 литра смеси, состоящей из стакана теплой кипяченой воды и стакана *яблочного уксуса*. Настой используют для мытья головы 3—6 раз в неделю при выпадении волос и для укрепления их роста.

25. Цветки *календулы* — 2 ст. ложки, корень *лопуха* — 4 ст. ложки, шишки *хмеля* — 3 ст. ложки.

Настой: 6 ст. ложек сбора настаивают 2 часа в литре кипятка. Фильтруют и в теплом виде втирают настоем в корни волос или моют чистую голову этим настоем 2—3 раза в неделю для ращения волос, прекращения выпадения их, при перхоти и зуде кожи головы.

26. Корень *лопуха* — 3 ст. ложки, корневища *аира* — 3 ст. ложки.

Назначение сбора, приготовление настоя и его применение — см. № 25.

27. Корневища *аира* — 1 ст. ложка, шишки *хмеля* — 2 ст. ложки.

Приготовление и применение — см. № 25.

28. Травы *тимьяна ползучего* — 30 г, коры *ивы* — 30 г, коры *дуба* — 30 г.

Отвар: 4 ст. ложки сбора кипятят 5—10 минут в литре воды, настаивают час и втирают отвар в теплом виде в кожу головы при облысении.

29. Травы *чабреца* — 30 г, коры *ивы* — 30 г, коры *дуба* — 30 г, соцветий *календулы* — 30 г, цветов и листьев *мать-и-мачехи* — 30 г, листьев *крапивы двудомной* — 50 г, почек *тополя* — 30 г, корня *лопуха* — 30 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в литре крутого кипятка и в теплом виде втирают в кожу головы при выпадении волос.

30. Свежеприготовленные сок из *лука* — 30 мл, 30%-ная настойка из корня *лопуха* — 60 мл. Все смешивают и используют для втирания в кожу головы 1 раз в день (лучше на ночь) от выпадения волос и для ихращения.

31. При выпадении волос (облысении) следует ежедневно мыть голову своей теплой мочой и втирать в кожу головы старую, но подогретую мочу. При таком методе лечения прекращается облысение и восстанавливается рост и цвет волос.

✚ **ВЯЖУЩИЕ (противопоносные) СРЕДСТВА.** Понос (диарея) — учащенное выделение жидких каловых масс в результате нарушения моторной и секреторной функции кишечника. Он является симптомом очень многих заболеваний: энтерита, колита, эндокринных расстройств, болезней печени и т. д. При поносе следует найти первопричину недуга, устранить ее, и стул нормализуется.

1. Траву *астрала солодколистного* в виде настоя принимают внутрь от кровавого поноса и недугов желудочно-кишечного тракта.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 4 часа в 0,3 л теплой кипяченой воды и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Траву и корневища *борщевика рассеченного* в виде настоя принимают внутрь при нарушениях пищеварения, катарах желудка и кишечника, дизентерии и поносах.

Настой: 5 чайных ложек сырья настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Ягоды и листья *брусники* принимают в виде настоя внутрь как противопоносное и мочегонное средство при катаре желудка с пониженной кислотностью.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Траву *вазилетника простого* в виде настоя принимают внутрь как одно из лучших средств от кровавого поноса.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

5. Траву *вербейника монетчатого* в виде настоя принимают внутрь при поносе (даже кровавом) и дизентерии.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и выпивают в теплом виде за день глотками.

6. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при поносах (простых и кровавых), атонии и коликах в желудке.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Плодоножки *вишни обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь при поносах, водянке и мочекишлом диатезе.

Отвар: 2 ст. ложки плодоножек варят 15—20 минут в 0,4 л воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого отвара (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды.

8. Корневища, реže траву *герани лесной (луговой)* в виде

настоя принимают внутрь при катаре желудочно-кишечного тракта, поносах и дизентерии.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и выпивают весь настой за день глотками.

9. Корневища с корнями *горца змеиного* (*раковые шейки*) в виде настоя или пилюль из порошка в меду принимают внутрь при желудочно-кишечных кровотечениях, заболеваниях, вызванных поднятием тяжести, колитах, энтероколитах и поносах, дизентериях.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 2—3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Пилюли из порошка корневищ делают 1: 1 на меду и принимают по 0,5 г 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

10. Корни и корневища (реже траву) *гравилата городского* или *речного* в виде настоя принимают внутрь как вяжущее средство (дубильных веществ — 30—40%) при различных воспалительных процессах в желудочно-кишечном тракте, простом и кровавом поносе.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/4 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды или по 2 ст. ложки через каждые 2 часа.

11. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при язве желудка и двенадцатиперстной кишки (гипоцидное состояние), кишечных кровотечениях, поносах и дизентерии.

Настой: 1 чайную ложку коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды или через каждые 2 часа.

12. Все растение *дубровника пурпурного* в стадии цветения в виде настоя принимают внутрь при болях в желудке и кишечнике, поносах и дизентерии.

Настой: 1 ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—6 раз в день, лучше до еды.

13. Семена и корни *дурнишника обыкновенного* в виде

отвара или настоя принимают внутрь при дизентерии и поносах.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по стакану теплого отвара (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

14. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при гастрите, желудочно-кишечных кровотечениях и поносах.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 литра кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды.

15. Сухую толченую кожицу *куриного желудка* в виде порошка принимают внутрь при сильном поносе у взрослых.

Необходимо тщательно отделить твердую кожицу куриного желудка, хорошо вымыть, высушить в духовке или на солнце. В сухом виде ее превращают в порошок и принимают по 1/2 чайной ложки 1 или 2 раза всего, запивая теплой кипяченой водой.

16. Корни *зопника клубненосного* в виде настоя принимают внутрь при кровавых поносах и геморрое.

Настой: ст. ложку клубней настаивают 4 часа в стакане теплой кипяченой воды и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Кору *ивы козьей* и др. видов в виде настоя или отвара принимают внутрь как вяжущее средство при хронических поносах.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 5—6 раз в день, лучше до еды.

Отвар: полную (с верхом) ст. ложку коры кипятят 10—15 минут в стакане воды и пьют по 2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

18. Корень *кержмека Гмелина* в виде порошка принимают внутрь при поносах любого происхождения.

1/2—1 чайную ложку порошка принимают 3—5 раз в день, лучше до еды, запивая теплой кипяченой водой, или ст. ложку порошка из корня смешивают со стаканом кипятка, фильтруют и выпивают, промешивая, в несколько приемов.

19. Плоды *кизила обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при желудочных кровотечениях и поносах.

Настой: 5—10 г плодов в измельченном виде настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, при поносах.

20. Корневища с корнями *кровохлебки лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как вяжущее средство при поносах и дизентерии.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день.

21. Корневища без корней *лапчатки прямостоячей* (*дикий калган, узик*) в виде настоя или настойки принимают внутрь при воспалениях: язве желудка и кишечника, дизентерии, энтеритах и энтероколитах.

Настой № 1: ст. ложку корневищ настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день, лучше до еды.

Настой № 2: ст. ложку корневищ настаивают 2 часа в стакане горячего молока и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

22. Кору молодых ветвей, «шишки» или листья *ольхи клейкой* или *черной* в виде настоя, настойки или отвара принимают внутрь при острых и хронических колитах, энтероколитах, сопровождающихся сильными болями и поносами.

Настой: 50 г сырья настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки или по стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой коры: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день до еды.

23. Молодые (молочные) *грецкие орехи* с околоплодниками (зеленой оболочкой) в виде настойки принимают внутрь при расстройствах деятельности желудочно-кишечного тракта и поносах.

Настойка: стакан перетертых через терку или истолченных плодов настаивают в стакане 70°-ного спирта или

водки 5—7 дней и принимают по 1—2 чайных ложки настоя на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

24. Траву *подмаренника настоящего (медовика)* в виде настоя принимают внутрь при водянке и поносах у детей.

Настой: 4 чайных ложки травы настаивают час в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и поят детей по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

25. Семена *подорожника большого* в виде порошка или настоя из порошка семян принимают внутрь как нежное обволакивающее и вяжущее средство при хронических поносах и дизентерии.

Порошок из семян принимают на 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: 1—2 чайные ложки порошка настаивают 5—7 минут в 1/2 стакана кипятка, промешав, выпивают все сразу в теплом виде 3—5 раз в день до еды.

26. Краевые язычковые цветки (редко с листьями) *подсолнечника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных коликах и поносах.

Настой: ст. ложку цветков настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают все за день глотками.

27. Зерно *риса пищевого (столового)* в виде отвара принимают внутрь (дают пить детям) при расстройствах желудочно-кишечного тракта (при поносах).

Отвар: чайную или ст. ложку риса варят 30—40 минут в 1 или 2 стаканах воды, настаивают час. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и поят детей по 1/4—1/2 стакана теплого отвара через каждые 2 часа в течение обычно 2—3 дней.

28. Цветки *сирени обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при расстройствах желудка, поносах и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку цветков настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

29. Траву и корни *таволги вязолистной* в виде настоя или отвара принимают внутрь и используют в виде клизм при поносах и дизентерии.

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Отвар: чайную ложку корней варят 10 минут в стакане воды, настаивают и пьют по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день, иногда по 1/4 стакана отвара 2—3 раза в день, лучше до еды.

30. Траву (листья и соцветия) *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, возбуждающее центры секреторных нервов желудка и кишечника, при желудочно-кишечных коликах и кровавых поносах.

Настой: 2—3 ложки сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают весь настой за день глотками.

Настойка: 30%-ная на 70°-ном спирте или водке; принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

31. Семена (иногда листья и молодые ветки) *сумаха дубильного* в виде настоя принимают внутрь при поносе, в том числе и с кровью, и дизентерии.

Настой из семян: 2—3 чайные ложки истолченных семян настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой из листьев и молодых веток: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

32. Цветущую надземную часть *курльского чая кустарникового* в виде настоя, чая или отвара принимают внутрь как противомикробное и вяжущее средство при дизентерии и поносе, даже с кровью.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

33. Корень *щавеля конского (густого)* в виде порошка или настоя принимают внутрь в малых дозах при поносах и дизентерии.

Порошок принимают по 0,2—0,25 г (1/4 чайной ложки) 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

34. Корня *дудника лесного* — 1 ст. ложку, корневиш *аира* — 1 ст. ложку, коры *дуба обыкновенного* — 1 ст. ложку.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки или по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, при поносах, даже сильных, и дизентерии.

35. Травы *горца птичьего (спорыша)* — 1 ст. ложку, плодов *терна* — 1 ст. ложку, листьев *ежевика сизой* — 1 ст. ложку, корня *алтея* — 1 ст. ложку.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 5—6 раз в день, лучше до еды, при сильных поносах и дизентерии.

36. Листьев *ежевика* — 2 ст. ложки, соцветий *календулы* — 1 ст. ложку.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды. Иногда этот настой помогает лучше др. более сложных препаратов при катаре кишечника, кишечных недомоганиях, в том числе и поносах с кровью.

37. Листья *крапивы жгучей* — 1,5 чайной ложки, листьев *ежевика сизой* — 1,5 чайной ложки.

Настой: сбор настаивают 2 часа в 1,5 стакана кипятка и выпивают за день глотками при дизентерии.

38. Корневиш *земляники лесной* — 2 ст. ложки, коры *ивы* — 2,5 ст. ложки.

Отвар: 3—4 ст. ложки сбора кипятят 10 минут на малом огне, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день при всех катарах желудочно-кишечного тракта (несварении его) и дизентерии.

39. Плодов *черники* — 25 г, корня *лапчатки прямостоячей* — 10 г, цветов *бессмертника песчаного* — 15 г, листа *шалфея лекарственного* — 40 г, плодов *тмина* — 10 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в

2 стакана кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при поносах как вяжущее средство.

40. Даже продолжительный понос проходит, если пить натошак горячий чай (можно с медом по вкусу) из травы зверобоя и тысячелистника, взятых поровну. 3—4 ст. ложки сбора на литр кипятка.

41. Одно из доступных и радикальных средств от поноса и дизентерии — слабый раствор марганцовокислого калия (марганца). Ввиду крайней минимальности дозы, ее трудно определить по весу, но приблизительно 2—3 кристаллика на 0,5 л теплой кипяченой воды. Можно дать указание по цвету марганца: бледно-розовый для грудных детей, крепко-розовый (но не фиолетовый) для взрослых.

Доза: взрослым — 1 стакан на прием, детям соответственно меньше. Принимать утром до еды и вечером перед сном. Одного или двух приемов зачастую бывает достаточно, чтобы вылечить болезнь. Наряду с приемом внутрь рекомендуется делать клизму из того же теплого раствора (особенно детям).

Примечание. При приеме этого раствора необходимо соблюдать осторожность, чтобы на дне стакана не осталось ни одного нерастворенного кристаллика марганцовокислого калия, которые могут обжечь рот и, еще хуже, пищевод. Лучше делать раствор в одной посуде, а затем переливать в стакан, не сливая до самого дна.

42. При поносах любого происхождения, если многие вышеописанные рекомендации не дают результата, переведите больного на полное голодание и отдых с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану его мочи, а при необходимости и отстоянной воды. Мочу свою он должен принимать не менее 3—5 раз в день.

Лечение будет ускоренным, если в процессе голодной терапии ставить 2—3 раза в день клизму, состоящую из 50% мочи больного и 50% теплой кипяченой воды. Такой метод лечения достаточно быстро устраняет понос, даже хронический, а период излечения варьирует в зависимости от тяжести заболевания, примерно он равен 2—5 дням.



❖ **ГАЙМОРИТ** — инфекционное заболевание носа и его придаточных пазух, возникающее часто в период обострения гриппа, острого насморка, кори, пневмонии, скарлатины и др., а также вследствие заболеваний корней четырех задних зубов и челюстных пазух.

1. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настоя используют для введения в гайморову полость как средство, подавляющее рост микробов и ускоряющее восстановление поврежденных тканей.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют, подогретым настоем смачивают ватку и вводят в ноздрю, периодически увлажняя ее теплым настоем.

2. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя или настойки используют так же, как и траву зверобоя, т. е. пропитывают препаратами из календулы ватные или марлевые турундочки и вводят их в носовые пазухи как сильное антисептическое и обезболивающее средство.

Настой: 25%.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте или водке.

3. Свежевыжатым соком из *лука репчатого* пропитывают ватку или марлевую турундочку и вводят ее в гайморовую полость при гайморите как противовоспалительное средство.

4. При гайморите, синусите и фурункулезе используют пчелиный *мед* или 50%-ный раствор его в дистиллированной воде.

Больного кладут спиной на кровать или кушетку. Свежим раствором пропитывают ватные или марлевые тампончики, вводят их в ноздри с помощью пинцета так,

чтобы они плотно заполняли носовые ходы, и держат так около часа. При хорошей переносимости данной процедуры тампоники можно пропитывать чистым теплым медом. Такие процедуры делают утром и вечером, перед сном. Срок лечения около 10 дней. При этих заболеваниях полезно принимать мед и внутрь по 100—150 г в день чайными ложками, максимально долго держа его под языком.

5. При гайморите рекомендуется продолжительно жевать *медовые соты* (крышечки от рамок с медом) по 1/2—1 чайной ложечке в течение 10—15 минут. Затем разжеванную массу выплевывают, а новую порцию сотов жуют снова. Положительный результат исцеления наблюдается довольно быстро. Иногда достаточно бывает 1—3-х дней жевания, чтобы носовые пазухи очистились и дышать стало легко.

6. *Облепиховое масло* при лечении различных форм гайморита применяют так же, как и препараты из меда, см. № 4, но только после удаления инородного содержимого в пазухах ноздрей, иначе лечение будет малоэффективным.

7. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде настойки или настоя применяют наружно, как препараты из календулы (см. № 2), как обезболивающее, устраняющее развитие и жизнедеятельность микробов и хорошее регенеративное средство.

Настойка: 25%-ная, настой — 30%-ный, пропитывают ватку или марлевые турундочки и вводят в гайморову полость.

8. Чистый *прополис* в виде настойки на спирту или масляного извлечения используют с успехом при вирусных заболеваниях, в том числе и гайморите, как сильное противомикробное, обезболивающее и регенеративное средство. Лечение будет ускоренным, если вводить препараты из прополиса после удаления из гайморовых пазух вирусного очага.

9. Почки *тополя (осоко́ря) пирамидального* и др. видов в виде настойки используют как сильное противомикробное и обезболивающее средство при гайморите.

Настойка: 25%-ная, на 40°—70°-ном спирте в виде пропитанных ею турундочек устраняет данное заболевание. Их вводят в ноздри, периодически меняя.

10. Корнеплод *цикламена европейского* в виде свежеприготовленного сока из него используют наружно при воспалительных процессах придаточных пазух носа (гаймориты и фронтиты).

Больного кладут в постель навзничь. В ноздри пипеткой вводят по 2 капли сока (лучше это делать под наблюдением врача). Через 5 минут наступает сильная реакция: больной начинает сильно чихать, кашлять, чувствуя при этом сильный жар в теле, потеет. Из ноздрей в течение суток выделяется густой желтый гной. После такой процедуры и ее «осложнений» больной крепко спит сутки и просыпается с хорошим самочувствием и аппетитом.

11. Свежеприготовленный сок из зубка *чеснока посевного* по 2 капли закапывают в ноздри или пропитывают им ватные или марлевые турундочки и вводят их в ноздри, периодически меняя, как противомикробное средство при гайморите различных форм.

12. При гайморите и др. воспалениях придаточных пазух носа помимо вышеописанных рекомендаций с наружным использованием препаратов рекомендуется использовать и препараты для приема внутрь. К примеру: траву *зверобоя* — 20 г, цветки *календулы* — 20 г, почки *тополя* — 10 г — в виде настоя из этого сбора на 2 стакана кипятка, настаивают 1—2 часа, иногда добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

В рацион питания полезно включать в виде продолжительного жевания 3—5 г 3—4 раза в день задолго до еды чистый *прополис* с последующим его глотанием, полезен также *лук* и *чеснок*.

13. При гайморите, синусите, фурункулах и др. заболеваниях в носу полезно втягивать через нос 3—6 раз в день теплую отстоянную мочу больного или пропитывать этой мочой 3—4—5 раз в день ватные тампончики, вводя их с помощью пинцета в ноздри так, чтобы они плотно запол-

няли носовые ходы, и держать их там около часа. По мере высыхания их увлажняют снова или заменяют свежими. Такие процедуры достаточно быстро устраняют недуг.

✚ **ГАНГРЕНА** — гнойное (гнилостное) омертвление участка ткани, части тела или органа вследствие нарушения питания притоком крови, непосредственного воздействия ядовитых веществ, патогенных микробов, электрического тока и т. д.

1. Траву *волчеца кудрявого* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при анемии, воспалительных процессах в желудочно-кишечном тракте, гангрене конечностей и труднозаживающих ранах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1—3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, наружно этот настой используют для обмываний и компрессов.

2. Кору *ивы белой (ветла)* в виде сгущенного настоя или порошка из коры используют для присыпки, обмываний и компрессов на гнойные и гангренозные раны.

3. Молодые побеги *лиственницы сибирской* в виде настоя используют для ингаляций (на кипятке — настоем с медом) при абсцессах, гангрене легких и катаре верхних дыхательных путей.

Настой: 50 г побегов настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Фильтруют, выливают в чайник с небольшим носиком. Настой подогревают на электроплитке до выхода пара, кладут туда 1—2 ст. ложки меда и круговыми движениями чайника promeshивают. На носик чайника надевают резиновую трубку и через нее осторожно вдыхают пары настоя и меда. По мере остывания настоя в чайнике периодически включают плитку. Длительность каждой ингаляции максимально продолжительная — 20—30 минут, 2—3 раза в день, с приемом внутрь $\frac{2}{3}$ —1 стакана этого настоя 3—5 раз в день до еды и обязательно в теплом виде.

4. При гангренозном состоянии конечностей к больному месту привязывают сложенную в 4—5 слоев марлю, хорошо пропитанную *кислым молоком*, сверху эту повязку накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и закрепляют. Такую повязку несколько раз в день меняют по мере ее высыхания.

5. Корень *опонки лекарственного* в истолченном виде, в виде отвара или настойки используют для приема внутрь и наружно как регенеративное средство, способствующее восстановлению поврежденных тканей, при ранениях, гнойных воспалениях тканей, болезненности ампутированных конечностей и др. повреждениях.

Отвар: ст. ложку корня варят 10 минут в стакане воды, настаивают 30 минут и используют для полосканий, припарок, компрессов или повязок.

Настойка: 1 часть корня настаивают в 5 частях 40°-ного спирта и пьют по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

6. Свежеистолченные листья или ягоды *паслена черного* используют наружно для повязок при гангренозных состояниях конечностей. Соком из плодов продолжительно полощут рот и держат его долго во рту при гангренозном стоматите.

7. Свежеистолченные листья *подорожника ланцетолистного* используют наружно для лечения гангренозных, труднозаживающих и свежих ран.

Используют сметанообразную массу из листьев или сок из них для повязок.

8. *Прополис* в чистом виде или вытяжки из него на масляной, спиртовой основе принимают внутрь и используют наружно при поражениях гангреной, сибирской язвой, гангренозных ранах и др. подобных повреждениях в организме как достаточно сильное бактерицидное, обезболивающее, кровоочистительное и регенеративное средство.

Прием и применение: чистый прополис по 5—7 г продолжительно жуют, потом глотают, за 60—90 минут до еды 3—5 раз в день.

Настойка: 15—30%-ная на 96°-ном спирте, принимают внутрь по 30—40 капель 3—5 раз в день на 1/3 стакана теплого молока или кипятка до еды при заболеваниях, указанных выше, этой же настойкой обрабатывают гангренозные раны или поверхности, на которые после накладывают повязки из 25—30%-ного прополисного масла.

Приготовление масла: 1 кг сливочного (несоленого) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 250—300 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания в течение 30 минут при температуре 80°С и до полного остывания. Масло готово, при этих заболеваниях полезно и принимать его внутрь по 1/2—1 ст. ложке 3—5 раз в день, лучше до еды, на 1/2 стакана теплого молока.

9. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно для компрессов и ванн при спонтанной гангрене.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой для наружного применения: 50—250 г травы настаивают час и более в 6 л кипятка, подогревают и используют для ванн конечностей до 30 минут и для компрессов на продолжительное время.

Мазь из порошка травы: 10 г порошка путем прогрева смешивают со 100 г сливочного масла и 20 г меда, используют наружно для повязок.

10. Почки (реже кору молодых ветвей) *тополя обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно при гангренозных состояниях конечностей.

Настой: 2 ст. ложки измельченных почек настаивают 2—3 часа в 0,4 л кипятка и используют в горячем виде (без обжигания) для промывания гангренозных поверхностей, ран и язв и продолжительных ванн и компрессов для них.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте; принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

11. При гангренозных состояниях конечностей порошок из почек *тополя* смешивают 1 : 10 или 1 : 5 с *кислым молоком*, пропитывают этой смесью вчетверо сложенную марлю и накладывают ее на пораженный гангреной участок тела. Сверху этот компресс закрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и закрепляют, а по мере высыхания его увлажняют этой смесью снова и закрепляют.

12. Свежеиспеченный, еще горячий *ржаной хлеб* обильно солят и тщательно пережевывают. Этой массой обкладывают пораженную гангреной конечность толстым слоем. Забинтовывают, накрывают смесь пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и держат такую повязку продолжительное время. При необходимости процедуру повторяют.

13. Свежеприготовленный сок из листьев *щавеля кислого* принимают внутрь по 1/2—2/3 стакана 3—5 раз в день до еды или без ограничения, а наружно свежеперетертые сочные листья используют для повязок, накрывая их пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой для устранения антонова огня (гангренозного состояния).

14. *Оплодотворенное куриное яйцо*. Очищая от скорлупы сваренные вкрутую яйца, соберите находящуюся под скорлупой пленку, смачивая ее в холодной воде, покройте ею пораженные гангреной или сибирской язвой места, поверх нее положите компрессную или газетную бумагу, потом вату и т. д., т. е. сделайте компресс. 5 минут больной будет сидеть спокойно, на 6-й минуте начнут появляться боли, все время усиливаясь, и так в течение 10 минут. Об этих предстоящих «адских» болях надо предупредить больного заранее или давать наркоз. Иногда приходится 2—3 мужчинам держать больного в течение 10 минут. На 16-й минуте боли начнут утихать. Ровно через 20 минут снимите компресс, и вы увидите чистое и здоровое тело, которое ранее было гангренозным.

Чтобы узнать, оплодотворенное яйцо попало или нет, смоченный в холодной воде кусочек пленки положите на указательный палец, вместо компресса положите 3—4 слоя газеты, прижмите ее большим пальцем и подождите 5 минут; если появится подергивание, значит, яйцо оплодо-

творенное, а если подергивания не будет, его не следует применять.

Лечебными свойствами обладают только оплодотворенные яйца.

15. Кору дуба — 20 г, травы зверобоя — 100 г.

3 ст. ложки сбора кипятят 10 минут в 0,5 л воды, добавляют в отвар ст. ложку соцветий *календулы*, настаивают час. Подогревают и в теплом виде промывают и прикладывают на гангренозную, зловонную рану отстой, укутывают пропарафиненной бумагой или пленкой и закрепляют. Такую повязку меняют 2—3 раза в день.

16. Порошка из корня *гравилата городского* — 20 г, коры молодых веток дуба — 10 г, травы зверобоя — 20 г, почек тополя — 30 г, соцветий *календулы* — 10 г.

Весь сбор превращают в порошок и смешивают с кислым молоком до образования сметанообразной массы путем promeshивания. Эту смесь используют для повязок на гангренозную поверхность с заменой повязки по мере высыхания предыдущей.

17. При гангренозных состояниях конечностей очищают первопричину гангрены — рану или царапину — от инородных тел с помощью перекиси водорода или механическим путем. На всю гангренозную поверхность конечности накладывают толстым слоем свежий срез *печенки* от свежезарезанного животного (барашка или теленка) и слегка закрепляют бинтом или тряпочкой. Держат такую повязку 1—2 часа или до появления под ней нарывчиков. Потом повторяют наложение окровавленной свежей *печенки* до тех пор, пока рост нарывчиков прекратится. Их все аккуратно прокалывают стерильной или обожженной иглой, на поверхность проколотых нарывчиков снова накладывают свежую *печенку*, как описано выше. Сняв повязку, убеждаются, что недуг миновал, обмывают конечность слабым раствором прополиса или настоем травы тысячелистника.

Можно считать, что конечность спасена и лечение окончено. Таким способом лечения народная медицина спасла от ампутации много ног и рук.

18. При гангрене одной или обеих конечностей, с разрывом тканей, кожи, когда время на исцеление ограниче-

но, а врач настаивает на ампутации, можно применить *уринотерапию*, очищающую и исцеляющую весь организм при условии соблюдения всех ее правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по стакану его мочи 3—5 раз в день, а при необходимости и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ежедневно производят массаж (натираание) всего тела или пораженных конечностей в течение часа и более теплой мочой больного 2—3 раза в день. После массажа на все конечности или пораженные участки накладывают компрессы из теплой мочи больного, а по мере их высыхания увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой его — до следующего массажа. При отсутствии у больного достаточного объема мочи для массажа ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но компрессы ставят только с его собственной мочой.

Лечение будет ускорено, если теплые компрессы ставить на все тело, а не только на больной участок.

Время такой голодной терапии варьирует в зависимости от тяжести заболевания, примерно оно составляет 15—30, реже более, суток и, как правило, в результате наступает исцеление.

После продолжительного лечения голодом больному важно не допустить переедания. Диета должна быть овоще-фруктовая, с минимальной термообработкой пищи и потреблением ее в малом количестве. Можно употреблять натуральные соки (с добавлением меда по вкусу). Постепенно порции увеличиваются, а затем выздоравливающий может перейти на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

✚ **ГАСТРИТЫ ГИПЕРАЦИДНЫЕ** — повышенная секреция (кислотность) желудочного содержимого и воспаление слизистой оболочки желудка.

1. Корневища *аира болотного* в виде настоя или порошка принимают внутрь при гастрите с повышенной и

пониженной кислотностью как средство, регулирующее секрецию желудочного содержимого и снижающее воспалительные процессы в желудке.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Порошок принимают по 1/3—1/2 чайной ложки 3—4 раза в день, лучше до еды, или когда ощущается изжога, отрыжка и пр. — вместо чайной соды, запивая теплой кипяченой водой.

2. Корень *алтея лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при гастрите и язвенной болезни желудка (гиперацидные состояния) и многих других заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 4—10 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья *белладонны (красавки)* в виде порошка или сока из них в малых дозах принимают внутрь как противовоспалительное и болеутоляющее средство при гиперацидных гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника.

Порошок принимают по 0,01—0,02 г (на кончике ножа) при болях в желудке, запивая теплой кипяченой водой.

Сок принимают по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды при необходимости, т. е. болях в животе.

Сильно ядовито!

4. Листья *белены черной* в виде настойки на 70°-ном спирте в малых дозах принимают внутрь как средство, успокаивающее боли в желудке любого происхождения.

Настойка: чайную ложку листьев настаивают 5—7 дней в 100 мл 70°-ного спирта и принимают по 5 капель на 1/4 стакана теплой кипяченой воды при болях в желудке.

Очень ядовито!

5. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настойки в малых дозах принимают внутрь при сильных, нестерпимых болях в желудке и кишечнике, запорах.

Настойка: 2 части сырья настаивают 5—7 дней в 5 частях 96°-ного спирта и пьют по 2 капли настойки на ст. лож-

ку теплой кипяченой воды при необходимости и не более 3 раз в день.

Сильно ядовито!

6. Семена *дурмана вонючего* в виде настойки принимают внутрь как наркотическое средство при сильных желудочно-кишечных болях.

Настойка: 1 часть истолченных семян настаивают 7—10 дней в 5 частях 70°-ного спирта и пьют по 2 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды при болях в животе.

Сильно ядовито!

7. Траву (с прикорневыми листьями) *золототысячника зонтичного* в виде настоя принимают внутрь при гастрите с повышенной кислотностью, рвоте, кровотечениях, туберкулезе кишечника.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

8. Траву *зопника клубненосного* или *зопника колючего* в виде настоя принимают внутрь при гастрите и язвенной болезни желудка с повышенной кислотностью как противовоспалительное и успокаивающее средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Листья *кипрея узколистного* (*иван-чай*) в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и болеутоляющее средство при всяких воспалениях слизистой оболочки желудка и кишечника.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды или при необходимости.

10. Корень *крестовника широколистного* (иногда и траву его) в виде настойки или настоя принимают внутрь при болях и спазмах в желудке и кишечнике для понижения секреции желудочного сока.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—

4 раза в день до еды или при необходимости (спазмах, болях).

Настой: ст. ложку настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1 чайной или ст. ложке настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

11. Кору молодых ветвей *лжеакации (акация белой)* в виде настоя принимают внутрь при повышенной кислотности желудочного содержимого, болях и расстройствах его.

Настой: чайную ложку коры настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до или после еды.

12. Мед принимают внутрь как лечебное средство при гастритах и язвенной болезни желудка, сопровождающихся повышенной кислотностью. При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника мед лучше всего принимать за 1,5 часа до завтрака и обеда, и через 3 часа после ужина. Его растворяют в стакане теплой кипяченой воды, т. к. раствор его способствует разжижению слизи в желудке, снимает боль, устраняет тошноту и изжогу. Лечебная доза меда при язвенной болезни желудка утром 30—60 г, днем 40—80 г и вечером 30—60 г. Возможна и большая доза, но обязательно в разогретом виде. При приеме меда непосредственно перед едой выделяется желудочный сок, поэтому он может использоваться при лечении больных с низкой кислотностью желудочного сока. В таких случаях принимают холодный водный раствор меда (ст. ложка меда на стакан холодной кипяченой воды).

13. Траву или все растение *очанки прямолистой (глазная трава)* в виде настоя или порошка принимают внутрь при гиперацидных гастритах и катаре желудка.

Настой: 3—4 ст. ложки настаивают час в литре кипятка и пьют по стакану теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Порошок принимают по 1/2 чайной ложки, запивая теплой кипяченой водой, 3—4 раза в день, лучше до еды.

14. Свежие ягоды *наслена черного* едят, а траву его в виде настоя принимают внутрь при желудочных и др. болях. Плоды едят без ограничения.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по $2/3$ —1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до или после еды.

15. Семена (плоды) *подорожника большого* и др. видов в виде порошка или настоя (слизи) принимают внутрь при гиперацидных гастритах, язве желудка и двенадцатиперстника, атонических и спастических запорах.

Порошок из семян принимают внутрь по $1/2$ —1 чайной ложке, запивая теплой кипяченой водой, в любое время при болях, а также запорах.

Настой: 1—2 чайные ложки истолченных семян настаивают 15—20 минут в стакане кипятка, по остывании промешивают и выпивают залпом эту сметанообразную массу при болях в животе, упорных запорах и др. недугах.

16. *Прополис* в чистом виде, в виде спиртовой или масляной вытяжки принимают внутрь при гастритах, язве желудка и двенадцатиперстника (любое состояние) как обезболивающее, обволакивающее и регенеративное средство.

Принимают чистый прополис по 5—7 г 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды, продолжительно жуют, потом глотают.

Настойка: 25%-ная на 96°-ном спирте; принимают по 20—30 капель на $1/2$ стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день, лучше до еды, или по необходимости, при болях.

Приготовление прополисного масла и его прием: 1 кг сливочного (несоленого) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 100—150 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре $+50^{\circ}\text{C}$ и до полного остывания.

Принимают по 1 чайной ложке этого масла в $2/3$ стакана теплого молока 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

Не следует принимать масло при заболеваниях печени.

17. Корневища *солодки голой* в виде настоя или порошка принимают внутрь при гастритах и язвенной болезни желудка с повышенной кислотностью, хроническими запорами и др. недугах.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 4—5 раз в день, лучше до еды.

Порошок принимают по 1—2 чайных ложки 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой, лучше до еды.

18. Траву (соцветия и листья) *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как сосудорасширяющее, обезболивающее и кровоостанавливающее средство при желудочно-кишечных заболеваниях (гастриты, язвы), повышенной кислотности, кишечных коликах и поносах.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 1—2 часа, выпивают в теплом виде за день глотками.

Настойка: 30%-ная на 40—70°-ном спирте, пьют по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

19. При спазмах в желудке необходимо выпить настой из цветков *ромашки* и *тысячелистника* поровну.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют и выпивают в теплом виде все сразу.

20. Корня *валерианы* — 5 г, травы *горечавки лапчатки* — 5 г, корневищ *аира* — 5 г, травы *золототысячника* — 10 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка в закрытой посуде. Профильтровать и в теплом виде выпить при болях в желудке как средство, нейтрализующее кислотность.

21. Цветки *липы* — 20 г, семена *льна* — 20 г, корень *солодки* — 20 г, корневища *аира* — 20 г, листья *мяты перечной* — 20 г, плоды *укропа* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 2—3 раза в день при повышенной кислотности как нейтрализатор ее.

22. Травы *чистотела* — 10 г, травы *тысячелистника* — 20 г, цветков *ромашки аптечной* — 20 г, травы *зверобоя* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 21.

23. Листьев *вахты трилистной*, листьев *мяты перечной*, плодов *фенхеля*, травы *золототысячника*, травы *тысячелистника* — по 20 г каждого компонента.

Настой: 2—3 чайные ложки сбора настаивают час в 1—2 стаканах кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гиперацидных состояниях как нейтрализатор кислотности.

24. Травы *тысячелистника* — 20 г, листьев *вахты трехлистной* — 20 г, коры *крушины ломкой* — 60 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и в теплом виде принимают на ночь по 1/2—1 стакану как средство, регулирующее деятельность желудочно-кишечного тракта, и при хронических запорах.

25. Травы *зверобоя* — 20 г, травы *золототысячника* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и в теплом виде выпивают глотками за день как хороший нейтрализатор повышенной кислотности и при хронических расстройствах кишечника.

26. Корневищ *аира*, корка *апельсина*, корня *валерианы*, травы *трилистника*, корня *горечавки*, травы *зверобоя*, травы *сушеницы болотной*, соцветий *пижмы* — по 20 г.

Настойка: весь сбор настаивают 21 день в литре вина (типа портвейн) в теплом месте. Фильтруют и принимают утром натощак 2 ст. ложки и столько же перед сном при повышенной кислотности со вздутием, изжогой и запором.

27. Листьев *белены черной* и *болиголова крапчатого* — поровну.

Настойка: 2 части сбора настаивают 7—10 дней в 5 частях 96°-ного спирта. 2 капли этой настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды принимают внутрь не более 3 раз в день при сильных внутренних болях.

Ядовито, очень!

28. Травы *вереска* — 40 г, травы *золототысячника* — 30 г, травы *зверобоя* — 40 г, листьев *мяты перечной* — 20 г, коры *крушины* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час и более в 0,5 л кипятка и выпивают за день глотками как нейтра-

лизатор кислотности при гиперацидных гастритах и катаре желудка.

29. Корневищ *аира* — 10 г, травы *горца птичьего* — 30 г, травы *зверобоя* — 20 г, коры *крушины* — 10 г, листьев *мяты перечной* — 20 г, корня *опонника* — 20 г, листьев *подорожника большого* — 30 г, травы *тысячелистника* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при катаре желудка с повышенной кислотностью.

30. Цветков *липы* — 10 г, корня *солодки* — 20 г, корня *дыглия* — 10 г, цветов *ромашки аптечной* — 20 г, листьев *вахты* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *донника лекарственного* — 10 г, травы *чабреца* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 29.

31. Корневищ *аира* — 10 г, травы *болиголова* — 0,5 г, травы *гречихи посевной* — 10 г, травы *донника лекарственного* — 20 г, корнеплода *пиона* — 20 г, травы *полыни горькой (чернобыльника)* — 20 г, плода *рябины красной* — 30 г, травы *чистотела* — 0,5—1 г.

Настойка: весь сбор настаивают 7—10 дней в литре виноградного вина и принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды при онкозаболеваниях в желудке и двенадцатиперстнике.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

32. Корневищ *аира* — 10 г, травы *горца птичьего* — 20 г, травы *зверобоя* — 40 г, травы *золототысячника* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 10 г, травы *сушеницы болотной* — 40 г, плодов *тмина* — 6 г, соцветий *тысячелистника* — 15 г, травы *чистотела* — 20 г, листьев *шалфея* — 20 г.

Настой: 5—6 ст. ложек сбора настаивают 12 часов в литре кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день через час после еды продолжительное время при гиперацидных гастритах и язвенной болезни.

33. Свежеприготовленные соки из *капусты огородной* и *картофеля* красных сортов по 50 мл смешивают и принимают по 1/2 стакана 3—4 раза в день до еды и перед сном при гиперацидных гастритах, язвенной болезни и головных болях.

✦ **ГАСТРИТЫ ГИПОЦИДНЫЕ И АНАЦИДНЫЕ** — пониженная секреция (кислотность) желудочного содержимого и воспаление слизистой оболочки желудка.

1. Корневища *аира болотного* в виде настоя или порошка принимают внутрь при гастрите с пониженной и повышенной кислотностью как средство, регулирующее секрецию желудочного содержимого и снижающее воспалительные процессы в желудке.

Настой: 2 ст. ложки корневищ настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды продолжительное время.

Порошок принимают по 1/3—1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды.

2. Листья *алоэ древовидного* в виде сока из них принимают внутрь при хроническом гастрите с пониженной кислотностью, язвенной болезни и хронических запорах.

Сок из листьев, лучше из биостимулированных, принимают по 1—2 чайных ложки 2—3 раза в день за 30 минут до еды.

3. Свежие плоды (ягоды) *аронии черноплодной* (*рябины черноплодной*) едят по 100—150 г в день 2—3 раза с плодами *смородины черной* и настоем *шиповника* как одно из средств лечения гипоцидных гастритов.

4. Листья *болиголова крапчатого* в виде свежеприготовленного сока из них или настойки в малых дозах принимают внутрь при сильных, нестерпимых болях в желудке и кишечнике.

Сок принимают по 2—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды не более 5 раз в день, лучше до еды.

Настойка: 4 чайные ложки листьев настаивают 10 дней

в 200 мл 70°-ного спирта и принимают по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды не более 5 раз в день, лучше до еды.

5. Сухие и измельченные ягоды *бузины черной* в виде чая, киселя или сиропа принимают без ограничения внутрь при пониженной кислотности, вялости кишечника и др. недугах. Эти пищевые препараты улучшают желчеотделение, усиливают диурез и способствуют продвижению содержимого кишечника.

6. Листья *вахты трилистной (трифоли)* в виде настоя принимают внутрь при гипацидных гастритах как средство, улучшающее перистальтику желудка и кишечника, повышающее секрецию пищеварительных желез и улучшающее аппетит.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки или 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды при ахилии и др. недугах желудка.

7. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при отсутствии аппетита, катаре и язве желудка.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

8. Корень *горечавки желтой* или *горечавки шероховатой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при расстройстве пищеварения, сопровождающемся ахилией и диспептическими явлениями, как средство, возбуждающее аппетит.

Настой готовят небольшими порциями, т. к. он быстро портится: ст. ложку корней настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды.

9. Корневища *диоскореи кавказской (лианы)* в виде настойки принимают внутрь при ахилии желудка и обострениях гастрита.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день после еды.

10. Кору молодых ветвей дуба обыкновенного в виде настоя принимают внутрь при гипацидном гастрите, язве желудка, кишечных кровотечениях и поносе.

Настой: 1—2 чайные ложки коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды или через каждые 2 часа.

11. Траву душицы обыкновенной в виде настоя принимают внутрь как желчегонное средство при недостаточном выделении желудочного сока (гипо- и анацидных гастритах), атонии желудка и кишечника, сопровождающейся запорами, и как средство, возбуждающее аппетит.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют по 1/2—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Траву дымянки лекарственной в виде отвара на пиве или сыворотке принимают внутрь при катаре желудка с пониженной кислотностью.

Отвар: 2—3 ст. ложки травы кипятят 7—10 минут в 0,5 л пива или молочной сыворотки и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Траву зонника клубненосного или колючего в виде настоя или настойки принимают внутрь при гастритах с пониженной кислотностью, язвенной болезни желудка и заболеваниях дыхательных путей.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды в течение продолжительного времени. При приеме этого настоя исчезают боли, изжога и другие симптомы, пониженная кислотность повышается на 17—35 мм. Некоторые больные, принимавшие систематически соду, уже через несколько дней прекращали ее принимать.

Настойка: 10%-ная на водке, принимают по ст. ложке 3—4 раза в день до еды.

14. Свежие плоды (ягоды) калины красной (иногда и ветки с ягодами) в виде настоя принимают внутрь при гастрите с пониженной кислотностью и в целях профилактики рака желудка.

Настой из ягод: 1—2 чайные ложки измельченного сырья настаивают час в стакане кипятка и выпивают за день глотками до еды.

Настой из веток и ягод: ложку измельченного сырья настаивают час в стакане кипятка и выпивают за день глотками, лучше до еды.

15. *Капусту огородную* в виде свежеприготовленного сока из листьев принимают внутрь как доступный природный антирадиант при радиоактивных облучениях, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника. Сок из капусты оказывает специфическое действие непосредственно на слизистую оболочку желудка, вызывая ликвидацию язвенного процесса у больных с нормальной и пониженной кислотностью.

Свежеприготовленный сок принимают по 1—2 стакана 3—5 раз в день до еды.

16. Плоды (ягоды) *клюквы четырехлепестной (болотной)* в виде свежего сока, настоя или сиропа принимают внутрь без ограничения при гастрите и язвенной болезни желудка с пониженной кислотностью.

Противопоказаны препараты из клюквы при острых воспалительных процессах в желудке и кишечнике.

17. *Мед*, употребляемый в чистом виде или в растворе холодной воды (гипертонический раствор) за 5—10 минут до еды, возбуждает двигательную функцию желудка и кишечника, повышает их секреторную деятельность. Необходимо принимать его больным гастритом с пониженной секреторной деятельностью и низкой кислотностью.

Мед в чистом виде или в растворе холодной воды необходимо принимать перед завтраком 30 г, обедом — 40 г и ужином — 30 г. Суточная доза его не должна превышать 150 г.

Раствор готовят: порцию меда на стакан холодной воды, тщательно размешивают и выпивают все перед едой.

18. Соцветия *пижмы обыкновенной* в виде настоя или порошка из них с медом принимают внутрь при гастритах с пониженной кислотностью, нарушениях функциональной деятельности желудочно-кишечного тракта и поно-

сах. Препараты из соцветий способствуют рубцеванию язвы желудка и двенадцатиперстника.

Настой: 1—2 чайные ложки соцветий настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—4 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок смешивают путем легкого подогрева с медом 1 : 1 и принимают по 3—5 г, запивая теплой кипяченой водой, 3—4 раза в день до еды.

19. Листья *подорожника большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь при хронических гастритах с нормальной и пониженной кислотностью, язве желудка и двенадцатиперстника как спазмолитическое и противовоспалительное средство при катаре желудка с отсутствием соляной кислоты и острых желудочно-кишечных заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Плоды (ягоды) *смородины черной* в виде свежего сока или настоя принимают внутрь при гипоцидных и анацидных гастритах, ахилии, катаре желудка и обострениях желудочно-кишечных заболеваний.

Сок из свежих плодов пьют по 1/2 стакана 3—4 раза в день до еды.

Настой: 2—3 ст. ложки сухих плодов настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Листья (реже молодые ветки или кору) *сумаха дубильного* в виде настоя принимают внутрь при отравлении недоброкачественной пищей, отсутствии аппетита, острых и хронических гастритах и заболеваниях кишечника.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, при плохой переносимости организмом настоя — после еды.

22. Плоды *тмина обыкновенного* в виде настоя или порошка принимают внутрь при заболеваниях желудка и кишечника как средство, возбуждающее аппетит, повыша-

ющее секреторную и моторную деятельность желудка, усиливающее желчеотделение и сдерживающее процесс гниения и брожения в кишечнике.

Настой: 1—2 чайные ложки измельченных плодов настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—3 ст. ложки настоя (детям по чайной) 3—4 раза в день до еды при судорожных болях в желудке и кишечнике (у детей и взрослых), отсутствии аппетита.

23. Соцветия *цимина песчаного* (*бессмертника песчаного*) в виде настоя принимают при анацидных гастритах, воспалительных и острых заболеваниях печени, желчного пузыря и желчных путей (холециститах, холангитах, гепатохолециститах и др.).

Настой: 1—2 ст. ложки соцветий настаивают 8 часов в 0,5 л теплой кипяченой воды. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Отвар: 2 ст. ложки цветков кипятят 10 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Луковицы *чеснока посевного* в виде сока из него, настойки принимают внутрь при анацидных гастритах и многих других заболеваниях.

Настойка: 100 г свежеперетертого чеснока настаивают 2 недели в 150 мл водки. Фильтруют и принимают по 25 капель на 1/2 стакана теплого молока 3—4 раза в день до еды в течение 3—6 месяцев.

При гиперацидных гастритах и состояниях препараты чеснока противопоказаны.

25. Плоды *шиповника обыкновенного* в виде экстракта, настоя или сиропа принимают внутрь при гипоацидных и анацидных гастритах как средство, положительно влияющее на секрецию и кислотность желудочного содержимого. Кроме того эти препараты повышают сопротивляемость организма к инфекционным и многим другим заболеваниям.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных плодов настаивают сутки в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

26. Листья или траву *якорцев стелющихся* в виде настоя или настойки принимают внутрь в малых дозах при гипотонических гастритах как средство, повышающее кислотность желудочного содержимого, стимулирующее и тонизирующее весь организм.

Настой: чайную ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день после еды.

Настойка: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 7—10 дней в 200 мл водки и принимают по 30—35 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день после еды.

27. Травы *волчеца кудрявого* — 20 г, травы *полыни горькой* — 20 г, травы *золототысячника* — 20 г.

Настой: 3—4 чайные ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по стакану настоя 3—4 раза в день до еды при ахилии желудка.

28. Кожуры *апельсина*, травы *волчеца кудрявого*, листья *трилистника*, травы *золототысячника*, травы *полыни горькой* — всех компонентов по 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 27.

29. Травы *зверобоя* — 10 г, травы *решешка обыкновенного* — 10 г, цветов *ромашки аптечной* — 20 г, листа *мяты перечной* — 20 г, листа *подорожника* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя при острых гастритах, особенно связанных с пищевыми токсикоинфекциями (рвота, озноб, понос и др.), через каждый час. При рвоте, сразу после нее, принимают теплый настой маленькими глотками. Обычно расстройство желудка, рвота прекращаются после приема 3—5 порций настоя.

Интересно и то обстоятельство, что после первых порций настоя появляется обильный стул или рвота, после последующих — наступает облегчение.

30. Травы *сушеницы болотной* — 10 г, лепестков *розы крымской* — 10 г, цветов *ромашки аптечной* — 10 г, соцветий *календулы* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г, тра-

вы *репешка обыкновенного* — 20 г, травы *полыни «божье дерево»* — 20 г, плодов (толченых) *шиповника* — 30 г, плодов *укропа огородного* — 30 г, травы *зверобоя* — 40 г, листьев *подорожника большого* — 40 г, соцветий *тысячелистника* — 70 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при остром и хроническом гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника (гипоцидное состояние).

31. Травы *золототысячника* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 80 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гипоцидных гастритах с жалобами на печень.

32. Листья *мелиссы* — 30 г, листья *мяты перечной* — 30 г, цветки *ромашки* — 40 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31.

33. Корень *валерианы*, листья *вахты трехлистной*, листья *мяты перечной*, кожура *апельсина* — всех компонентов по 25 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31.

34. Корень *валерианы* — 10 г, листья *мяты перечной* — 10 г, цветки *ромашки* — 60 г, плоды *фенхеля* — 10 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при ахилии желудка, коликах и чувстве тяжести в нем.

35. Корневищ *лапчатки прямостоячей* — 10 г, травы *полыни горькой* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, травы *тысячелистника* — 20 г.

Приготовление и применение, как в № 34, при метеоризме и склонности к поносам.

36. Цветки *ромашки* — 10 г, соцветия *тысячелистника* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют без особых ограничений как успокаивающий чай при сильных болях (спазмах) в желудке.

37. Корневищ *аира* — 5 г, корня *валерианы* — 5 г, травы *зверобоя* — 10 г, травы *золототысячника* — 20 г, листа *мяты перечной* — 10 г, травы *полыни горькой* — 10 г.

Настой: весь сбор настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при болях в желудке со вздутием кишечника.

38. Корневищ *земляники лесной* — 10 г, коры *ивы (вербы)* — 10 г.

Отвар: 2—3 ст. ложки сбора кипятят 10 минут в 0,5 л воды, настаивают час и пьют по 2/3—1 стакану теплого отвара 3—4 раза в день до еды при всех катарах желудка и кишечника.

39. Соки из листьев *алоэ* или *агавы американской* и 20—30%-ную настойку травы *полыни горькой* смешивают. Пример: 5 ложек сока смешивают с 1 ложкой настойки *полыни* и принимают по 25—30 капель этой смеси на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды при диспепсии для нормальной функциональной деятельности желудка и кишечника.

40. Травы *зверобоя* — 5 г, травы *тысячелистника* — 5 г, травы *дымянки* — 10 г, соцветий *календулы* — 10 г, корней *одуванчика* — 10 г, листьев *вахты* — 5 г, листьев *мяты* — 5 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по стакану свежеприготовленного теплого настоя 2—3 раза в день до еды при гастрите с пониженной кислотностью.

41. Корень первого года жизни *лопуха большого* и мед пчелиный. Свежеперетертый корень смешивают в водяной бане с медом 1 : 1 и принимают эту смесь по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды для профилактики и лечения рака желудка. Больного переводят на вегетарианскую пищу с минимальной термообработкой овощей и фруктов.

42. Корневищ *аира* — 10 г, травы *болиголова* — 5 г, травы *гречихи посевной* — 10 г, травы *донника* — 20 г, травы *полыни (чернобыльника)* — 20 г, травы *чистотела* — 5 г, корня *пиона* — 20 г, плодов *рябины красной* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 2—3 раза в день до еды для профилактики и лечения рака желудка.

Настойка: весь сбор настаивают в литре виноградного вина 7—10 дней и принимают по 30—40 мл настойки 3 раза в день до еды для профилактики и лечения рака желудка.

43. Плодов *дурмана обыкновенного* — 4 г, травы *адониса весеннего* — 4 г.

Настой: весь измельченный сбор настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды для профилактики и лечения рака желудка. Иногда прием этого сбора чередуют с настоем подорожника (ст. ложку листьев на стакан кипятка, принимают без ограничения).

44. Травы *золототысячника* — 2 г, травы *зверобоя* — 2 г, травы *горечавки перекрестной* — 2 г, травы *тысячелистника* — 2 г, травы *дымянки* — 4 г, корня *цикория* — 3 г.

Весь сбор настаивают ночь в литре воды. Утром кипятят 5—7 минут, настаивают час и пьют утром стакан теплого настоя до еды и по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза до еды при катаре желудка с пониженной кислотностью, отсутствии аппетита и др. недугах.

Для лечения катаров желудка с пониженной кислотностью дымянку иногда отваривают на пиве: 1—2 ст. ложки травы кипятят 5—7 минут в 2 стаканах пива и принимают по 1/2 стакана этого отвара 4—5 раз в день до еды.

45. Травы *золототысячника* — 30 г, травы *полыни горькой* — 30 г, плодов *тмина* — 30 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при ахилии желудка как средство, возбуждающее аппетит.

46. Корневищ *аира* — 20 г, травы *золототысячника* — 30 г, травы *полыни горькой* — 30 г, плодов *шиповника* — 50 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при ахилии желудка как средство, возбуждающее аппетит и улучшающее пищеварение.

47. При всех заболеваниях — гастриты, язвы (любое состояние) и многие другие, когда некоторые рекомендации для больного неприемлемы, а комплекс его заболеваний продолжает истощать организм, следует подумать о возможной первопричине этих недугов. Вероятно, она таится в зашлакованности организма и желудочно-кишечного тракта в первую очередь.

Исходя из вышеизложенного, больному в первую очередь необходимо помочь своему организму избавиться от шлака, и начинать это избавление следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

Второй этап состоит в очистке печени, как рекомендовано в разделе «Печень».

После этих двух чисток результаты всех вышеизложенных рекомендаций повысятся во много раз, а исцеление ускорится.

48. *Уриноterapia* очищает и исцеляет весь организм, независимо от причин и названия заболеваний.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи, а при необходимости отстоянной теплой кипяченой воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) производят продолжительный массаж (натираие) шеи, груди и живота в течение двух и более часов теплой мочой больного. После массажа на больное место (область живота или печени) ставят компрессы из его теплой мочи, а по мере высыхания их увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой больного.

При отсутствии у больного достаточного количества мочи для массажа ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но для компрессов необходима только моча самого больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, ее проводят до полного исцеления организма от всех недугов. Оно будет достаточно сокращено, если до этого больной произвел очистку своего кишечника и печени. Этот метод лечения ре-

зультативен даже тогда, когда официальная медицина отказывается от лечения.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой пищи или соки, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

✚ **ГЕМОРРОЙ** — варикозное расширение вен нижнего отдела прямой кишки. Развивается при врожденной или приобретенной слабости венозной стенки геморроидальных вен под влиянием затруднения венозного оттока, обусловленного сдавливанием геморроидальных вен опухолью таза, скоплением твердых каловых масс, упорными запорами и др. причинами.

1. Центробежный (натуральный) мед принимают внутрь и используют наружно как доступное лекарственное средство при нарушениях обмена веществ в организме, запорах и геморрое.

Принимают мед по 1 ст. ложке 3—5 раз в день, запивая теплым кипятком за час до еды и на ночь.

Наружно: после испражнения и подмывания несколько раз в день смазывают максимально глубоко внутреннюю поверхность прямой кишки и шишки медом как бактерицидным, болеутоляющим и регенеративным (заживляющим) средством.

2. Траву *аистника цикутного* в виде настоя принимают внутрь при геморрое и женских заболеваниях воспалительного характера.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и пьют по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Корнеклубни *ароника пятнистого* в виде настоя принимают внутрь при коликах в желудке и геморрое.

Настой: чайную ложку измельченных клубней настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и выпивают за день глотками.

4. Траву *горца почечуйного (геморройная трава)* в виде настоя принимают внутрь как нежное слабительное при атонии и спастических запорах и кровоостанавливающее средство при геморроидальных и маточных кровотечениях.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

При остром воспалении почек препараты этого горца противопоказаны.

Свежую измельченную траву прикладывают к геморроидальным узлам.

5. Траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя или настойки принимают внутрь для остановки угрожающих кровотечений при геморрагическом диатезе.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 1—2 ст. ложки травы настаивают 5—7 дней в 200 мл 70°-ного спирта и принимают по 1—2 чайных ложки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды. При уменьшении кровотечений дозу настойки необходимо уменьшить.

6. Клубни *зопника клубненосного* в виде настоя принимают внутрь при кровавом геморрое, поносах и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку измельченных клубней настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Соцветия *календулы обыкновенной* (лучше темно-оранжевого цвета) в виде мази используют наружно для смазывания геморроидальных язв и шишек как достаточно сильное антисептическое, противовоспалительное и заживляющее средство.

Мазь: 50%-ную настойку из соцветий смешивают 1 : 5 путем подогрева сливочного (несоленого) масла. Промешивают до полного остывания и используют наружно.

8. Квашеную *капусту огородную*, вернее, рассол из нее,

принимают внутрь при геморрое, особенно если заболевание сопровождается запором и сильным кровотечением.

Рассол принимают в большом количестве — по стакану 3—5 раз в день, лучше до еды.

9. Скорлупу от орехов *кедра сибирского* в виде настоя принимают внутрь при геморрое и многих других заболеваниях.

Настой: 1/2 стакана измельченной скорлупы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, профильтровав, выпивают в два приема, лучше до еды.

10. Корни (иногда и листья) *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь при геморрое, геморроидальных кровотечениях и многих других заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

11. Траву *льнянки обыкновенной (жабрей)* в виде настоя принимают внутрь, а мазь из нее используют наружно. Внутрь принимают как нежное слабительное у больных атонией кишечника, при длительных запорах и геморрое.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 ст. ложки настоя 3 раза в день до еды.

Мазь: 2 части измельченной свежей травы или порошка из сухой травы парят 8 часов в 5 частях растопленного свиного жира, по остыванию промешивают и используют для смазки шишек.

12. Сок из свежего растения *молодила побегоносного (черноколосьник колючий)* в виде мази используют наружно при геморрое для смазывания геморроидальных шишек.

Мазь: 20%-ная на несоленом внутреннем жиру, приготовленная в духовке путем выпаривания из нее влаги.

13. Траву (ботву) *моркови культурной* в виде настоя или заваривают как чай и пьют без дозировки при геморрое.

14. Почки (реже молодые, клейкие листочки) *осины обыкновенной* в виде отвара или настойки для приема внутрь и мази из них используют наружно как бактерицидное и регенеративное средство при геморрое и многих других заболеваниях.

Отвар: 90 г сырья варят в 7 стаканах воды до тех пор, пока не останется половина жидкости. Фильтруют, добавляют по вкусу мед или сахар и пьют по стакану теплого отвара 3 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 10%-ная, на 40°-ном спирту или водке, принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Мазь из порошка сырья: 20%-ная на любой жировой основе, приготовленная путем прогрева основы. Используют для смазывания шишек.

15. Траву *просвирника (калачики)* в виде порошка для мази используют наружно при геморрое, ожогах и язвах.

Мазь: 20%-ная на любой жировой основе, путем прогрева ее.

16. При трещинах с геморроем без выпадения геморроидальных узлов или оперированных по поводу свищей прямой кишки, недостаточности жома и др. недугах используют 10%-ную *прополисную мазь* или *свечи*. Эти раны, как правило, заживают в течение 8—10 дней.

Приготовление мази: 100 г сливочного масла (несоленого) или внутреннего жира в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячую основу 10 г очищенного и натертого через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре +80°С и до полного остывания. Используют мазь для смазывания прямой кишки и геморроидальных узлов до и после дефекации 2—3 раза в день.

17. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и восстанавливающее обмен веществ средство при геморрое, фурункулезе и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 12 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Плоды (семена) *расторопши (остро-пестро)* в виде отвара или порошка принимают внутрь при геморрое и многих других заболеваниях.

Отвар: 30 г порошка варят в 0,5 л воды, пока выкипит

половина воды, и принимают по 1—2 ст. ложки отвара через каждые 1—2 часа.

Порошок из семян принимают по чайной ложке 4—5 раз в день, лучше до еды, запивая теплой кипяченой водой.

19. Траву *репешка обыкновенного (репейничек азиатский)* в виде настоя или порошка принимают внутрь как универсальное лекарственное растение при внутренних кровотечениях, геморрое, атонии кишечника и др. заболеваниях.

Настой: 3 ст. ложки настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок из травы принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

20. Корень *стальника полевого (пашенного)* в виде настоя или отвара принимают внутрь как достаточно быстрое эффективное противогеморройное средство. Препараты из него прекращают кровотечения, нормализуют стул (вызывают послабление), устраняют воспалительные явления и боли, способствуют сморщиванию геморроидальных узлов и заживлению трещин.

Отвар: 30 г корней кипятят в литре воды до тех пор, пока не останется 0,5 л жидкости, и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Настой: 1—2 ст. ложки корня настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Траву *сушеницы болотной* в виде мази из порошка используют наружно при выпадении геморроидальных кровоточащих узлов, язв, свищей и нарывов.

Мазь: 20%-ная из порошка, смешанная путем подогрева сливочного масла и 10% меда.

22. Траву *таволги вязолистной (лабазника)* в виде настоя принимают внутрь при геморрое, болях, вызванных геморроем и грыжей.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в

Адонис весенний



Белена чёрная

Боярышник кроваво-красный



Валериана лекарственная

стакане кипятка и пьют по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

23. Цветочные листья и корзинки (без колючек) *та-тарника колючего (будяк)* в виде отвара или настоя принимают внутрь при мн. заболеваниях, в том числе и геморрое.

Отвар: ст. ложку сырья (без колючек) кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают час и пьют по 1—2 ст. ложки отвара 3—4 раза в день до еды.

24. Почки *тополя (осокоя)* в виде настоя принимают внутрь и мази используют наружно при геморрое, ожогах, ранах и язвах.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, лучше до еды.

Мазь: 2 части порошка из почек томят в духовке или на слабом огне в 3 частях свиного смальца, промешивают до полного остывания.

25. Соцветия и листья *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь, а мазь используют наружно при любых кровотечениях, в том числе и геморроидальных.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Мазь: 10 г сырья смешивают путем подогрева с 30—40 г перетопленного свиного жира или сливочного масла.

26. Зубок *чеснока посевного*, очищенного от шелухи, смочив своей слюной, вводят в прямую кишку и оставляют его там продолжительное время. Взамен выскочившего зубка или после дефекации вводят свежий в течение 3—5 суток. Для профилактики геморроя проделайте эти процедуры 3—4 раза в году.

Если за один курс не удается освободиться от геморроя, то повторите эти процедуры через 10 дней. При трещинах в прямой кишке вместо чеснока ее смазывают медом или вводят тампон, пропитанный теплым медом.

27. Дымовая ванна из *чеснока* или травы *верблюжьей колючки (перекати-поле)*. Эту процедуру лучше проводить

после дефекации и обмывания теплой водой. Берут невысокое ведро или бидон. На дно кладут сильно разогретый кирпич и на него посыпают мелко нарезанный чеснок или верблюжью колючку. Когда содержимое емкости начнет дымиться, садятся на нее (остерегаясь ожогов), чтобы получить дымовую ванну. Продолжают ее максимально долгое время. Количество таких процедур диктуется ходом излечения.

28. При геморрое применяют и парную ванну из *чеснока* или *лука* на *молоке*.

Эту процедуру делают после дефекации и обмывания теплой водой.

В небольшой горшок с крышкой или кастрюлю наливают 1—2 л молока или кипятка. Кладут в жидкость 300—400 г мелко нарезанного чеснока или лука и закрывают. Парят эту смесь на медленном огне час, потом быстро меняют крышку на деревянную с отверстием и прогревают этим паром задний проход максимально продолжительное время.

До и во время лечения необходимо принимать внутрь один из нежно послабляющих препаратов, рекомендованных в этом разделе, и после окончания процедуры смазывать задний проход одной из описанных выше мазей.

Положительные результаты от такого лечения будут достаточно быстрыми. Количество процедур диктуется необходимостью.

29. При сильных геморроидальных болях, когда шишки расположены внутри и сильно болит в пояснице, а в животе ниже пупка чувствуются рези, готовят сбор из листьев *крапивы двудомной* или *жгучей* и коры *крушины ломкой* по 8 г каждого (сбора прошлых лет). Сбор кипятят 10 минут в литре воды и пьют по 1 стакану теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

30. Траву и корни *крапивы двудомной* или *жгучей* и листья *подорожника большого* в равных частях в виде настоя принимают внутрь при геморроидальных и др. кровотечениях внутренних органов.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л ки-

пятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

31. Листьев *кассии* (*сенны*), коры *крушины*, плодов *кориандра*, корня *солодки*, травы *тысячелистника* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды и на ночь при геморрое.

32. Травы *горца перечного* — 20 г, травы *дымянки* — 20 г, листьев *земляники лесной* — 20 г, листьев *крапивы двудомной* — 30 г, коры *крушины* — 20 г, корня *солодки* — 20 г, соцветий *тысячелистника* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды при геморрое.

33. Лист *сенны* (*кассии*) в порошке — 2 чайные ложки, корень *солодки* в порошке — 2 чайные ложки, плоды *укропа огородного* в порошке — 1 чайная ложка, очищенная *желтая сера* в порошке — 1 чайная ложка, *сахарный песок* (*пудра*) — 4 чайные ложки. Сбор тщательно размешивают (порошок зеленовато-желтого цвета), принимают, разбавляя водой: взрослым по чайной ложке, а детям по 1/4 чайной ложки утром натощак как слабительное средство при геморрое.

34. Траву *золототысячника*, траву *медуницы*, листья *подорожника* и *шалфея*, всего поровну, в виде отвара пьют при геморрое и многих других заболеваниях.

Отвар: ст. ложку сбора кипятят 10 минут в стакане воды. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

35. Кору *крушины* — 10 г, травы *льнянки* — 15 г, травы *горца почечуйного* — 15 г, соцветий *тысячелистника* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, травы *сушеницы болотной* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при геморрое с запором.

36. Травы *горца почечуйного* — 15 г, травы *дымянки* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 15 г, корня *стальника полевого* — 10 г, почек *тополя* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 35.

37. Травы *горца почечуйного* — 15 г, травы *дымянки* — 10 г, травы *льнянки обыкновенной* — 20 г, листа *крапивы двудомной* — 15 г, корневищ *пырея ползучего* — 15 г, почек *тополя* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 35.

38. При геморрое, когда др. рекомендации для больного неприемлемы, его следует перевести в течение недели на полное голодание или одноразовое питание вегетарианской пищей с обязательным приемом внутрь по стакану его мочи 3—5 раз в день за час до еды и отстоянной кипяченой воды.

Наружно, в течение продолжительного времени, ему следует делать примочки в виде компрессов из теплой его мочи или пользоваться клизмой, если боли внутри.

При полном голодании по такому методу время на полное исцеление сокращается до минимума.

✚ **ГЕПАТИТЫ** — острое инфекционное заболевание, источником которого является больной человек, в том числе с безжелтушечными и атипичными формами заболевания, которые часто остаются нераспознанными. Известно пока шесть разновидностей этого заболевания и каждая из них по своей агрессивности страшна для организма. Их объединяет одно — поражение печени с нарушением ее функции, часто желтуха, ослабление иммунной системы, цирроз или рак печени. Эти разновидности заболевания передаются через зараженную воду, пищу, грязные руки, непосредственный контакт с больным (его потом, кровью, слюной, половым или иным путем) и т. д.

1. Листья и кору *барбариса обыкновенного* в виде отвара, настоя или настойки принимают внутрь при заболеваниях печени, желтухе, дискинезии и др. заболеваниях желчного пузыря. Отвар: 1—2 чайные ложки коры корней или корней в измельченном виде настаивают 2 часа в 2

стаканах воды, кипятят 5 минут, пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10—15%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 25—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

2. Молодые (клеякие) листочки *березы белой* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное средство при лямблиозе.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 6 часов в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого (можно с медом по вкусу) настоя 3—4 раза в день до еды в течение 15—45 дней.

3. Цветки *бессмертника песчаного (цмина)* в виде отвара или настоя принимают внутрь при острых воспалительных заболеваниях печени, желчного пузыря и его протоков как средство, уменьшающее боли, нормализующее стул и возвращающее коже нормальную окраску.

Отвар: 3—4 ст. ложки цветков кипятят 10 минут в 0,5 л воды, настаивают час; иногда добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день за час до еды в течение 3—4 недель. Часто улучшение отмечается уже на 3—4-й день приема отвара.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают 8 часов в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше за час до еды.

4. Краевые цветки *василька синего* в виде настоя или настойки принимают внутрь при желтухе и как желчегонное средство.

Настой: 1—2 чайные ложки цветков настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на водке, пьют по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

5. Свежеистолченные листья *вишни обыкновенной* в виде отвара на молоке дают положительный терапевтический эффект при желтухе различного происхождения.

Отвар: 1—2 ст. ложки измельченных листьев варят 10 минут в 0,5 л свежего молока, настаивают час и пьют по 1/2 стакана этого отвара 3—4 раза в день до еды.

6. Плоды (ягоды) *голубики обыкновенной (гонобобель)* в виде настоя принимают внутрь при лечении лямблиозного ангиохолестистита и многих других заболеваний.

Настой: 1—2 ст. ложки сухих плодов настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя через каждые 1,5—2 часа.

7. Верхушки веток *дрок красильного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, включая и сопровождающиеся желтухой.

Настой: чайную ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Строгая дозировка!

8. Траву и корни *зопника клубненосного* в виде настоя принимают внутрь при желтухе, холецистите и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Кору *ивы* (всех видов) в виде настоя или порошка принимают внутрь при заболеваниях печени, поносах и др. недугах.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок принимают по 2—3 г 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

10. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при заболеваниях печени и желчных путей как антисептическое и противовоспалительное средство.

Настой: 1—2 ст. ложки соцветий настаивают час в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 50 капель или по 1—2 чайных ложки настойки на 1/2 стака-

на теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды длительное время.

11. Свежеприготовленный сок *капусты огородной* рекомендуется пить при желтухе и болезнях селезенки, по стакану сока 2—3 раза в день до еды.

12. Корни *крапивы жгучей* в виде настоя принимают внутрь при желтухе и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки корней настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

13. *Кукурузные рыльца* в виде настоя или отвара принимают внутрь при воспалительных процессах печени и желчного пузыря, болезни Боткина (острый гепатит), хроническом гепатите, холецистите и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку измельченных рылец настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды продолжительное время.

Отвар: 2—4 ст. ложки рылец кипятят 30 минут в 2 стаканах воды в эмалированной посуде, настаивают час и пьют по 1—3 стакана отвара через каждые 3—4 часа.

14. Траву и корневища (без корней) *лапчатки прямостоячей* (*калган, узик*) в виде отвара или настоя принимают внутрь при остро протекающем воспалении печени, остром гепатите, циррозе печени в отечноасцитической стадии.

Отвар: 10 г травы и 2—3 г корневищ заливают в эмалированной посуде 2 стаканами воды, кипятят 30 минут, закрыв ее, настаивают 2 часа и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого отвара за 2 часа до еды 3—5 раз в день. Одновременно ограничивается прием др. жидкости до 500—600 мл в сутки.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2 часа в стакане горячего молока и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

15. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при желтухе и др. заболеваниях печени как нежное слабительное средство.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 и более раз в день до еды.

16. *Мед* в чистом виде или в смеси с яблочным уксусом широко применяется при заболеваниях печени. Компоненты чистого меда (соли, ферменты и витамины) способствуют и стимулируют ее функцию. Назначается мед и его смеси при гепатите, воспалениях желчного пузыря и его протоков. Рекомендуются с профилактической целью принимать мед перед операциями внутренних органов в области живота для предотвращения нарушения обезвреживающей функции печени. Полезно принимать мед и при инфекционной желтухе 3—5 раз в день по чайной ложке с яблочным соком или уксусом 1 : 1. Такая смесь назначается потому, что в кислой среде противомикробные вещества оказывают наиболее активное действие.

17. Перезрелые плоды *огурца посевного* и его трава принимаются в виде настоя и без ограничения внутрь при желтухе и др. заболеваниях печени. Концентрация настоя максимальная, пьют как чай с медом по вкусу и без ограничения.

18. Листья и корни *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при хронических заболеваниях печени, желтухе и многих других заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

19. Траву *очного цвета пашенного (куриная слепота)* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, в частности увеличении ее, и от желтухи.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают час в 4 стаканах кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, и не более 3 стаканов в день.

20. Соцветия *пижмы обыкновенной* (иногда и листья) в виде настоя принимают внутрь при гепатите и холецистите (в том числе и лямблиозном).

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Траву или споры *плауна булавовидного* в виде отвара принимают внутрь при циррозе печени и желтухе.

Отвар: ст. ложку травы кипятят 10—15 минут в 0,5 л воды и пьют по 2 ст. ложки отвара через каждый час.

Отвар спор: 2 ст. ложки спор кипятят 15 минут в 2 стаканах воды и пьют по ст. ложке вместе со спорами через каждый час.

22. Масло (рафинированное) *подсолнечное* принимают внутрь при хронических заболеваниях печени и желчного пузыря (холангиты, холециститы, холангиогепатиты, желчнокаменная болезнь) и желтухе.

При желтухе принимают внутрь и настой из краевых цветков подсолнечника.

Масло принимают по 1/4 стакана утром натощак. Затем больного укладывают правым боком на грелку на один час. То же проделывают и перед сном. Для ускорения выздоровления в течение дня принимают внутрь один из препаратов, рекомендованных в этом разделе.

Настой цветков: ст. ложку на стакан кипятка настаивают час и принимают по 2—3 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

23. Корневища пырея ползучего в виде настоя принимают внутрь при желтухе, воспалении желчеточников и желчнокаменной болезни.

Настой: 3—4 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов в литре теплой кипяченой воды. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

24. Траву репешка обыкновенного в виде настоя или порошка принимают внутрь при хронических заболеваниях печени и желчного пузыря (желтухе, камнях в печени и желчном пузыре, циррозе и многих других).

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой, лучше до еды.

25. Траву смолки обыкновенной (клеякой) принимают внутрь при затянувшейся желтухе и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют, можно с медом по вкусу, по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

26. Корень хрена обыкновенного в виде настоя при-

мают внутрь как быстродействующее средство при острых гепатитах с пониженной кислотностью, болезни Боткина, сопровождающейся желтухой, и многих других.

Настой № 1: 0,5 кг вымытого и очищенного корня хрена натирают на терке. Эту кашицу заливают литром кипятка, плотно закрывают крышкой и настаивают 24 часа. Затем настой процеживают, отжимают и принимают по 50 мл 3—4 раза в день до еды.

Настой № 2: 1 кг перетертого корня настаивают 24 часа в 2—3 литрах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Препараты корня противопоказаны при гастритах (особенно гиперацидных), нефрите и энтероколите.

27. Корень *цикория дикого* в виде сока или настоя принимают внутрь при желтухе, циррозе и др. заболеваниях печени, поносах и дизентерии.

Свежеприготовленный сок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз до еды.

Настой: 1—2 ст. ложки корня настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

28. Траву *чистотела большого* в виде настоя принимают внутрь как болеутоляющее средство при заболеваниях печени и желчного пузыря (гепатит, желтуха, холецистит, камни и песок в них и многое другое).

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают в теплом виде за день глотками.

29. При заболеваниях печени, желчного пузыря и его путей популярен и такой рецепт: 1 кг измельченного лука смешивают с 2 стаканами *сахарного песка*, томят в духовке до тех пор, пока смесь не станет желтой, и принимают ее по 1—2 ст. ложки утром натощак и перед сном.

30. Травы *зверобоя*, травы *тысячелистника*, побегов *хвоща полевого*, корня *цикория* — по 25 г каждого компонента.

Настой: 4 чайные ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по стакану теплого настоя утром и на ночь до еды при гепатите.

31. Корня *валерианы* — 20 г, цветов *боярышника* — 20 г,

коры корней *барбариса обыкновенного* — 30 г, листьев *мяты перечной* — 30 г.

Приготовление и прием, как в № 30, при гепатите.

32. Плодов *барбариса*, листьев *березы*, листьев *ореха грецкого*, травы *волчеца кудрявого*, травы *зверобоя*, травы *тысячелистника* — по 10 г каждого компонента.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды, при заболеваниях желчного пузыря и его протоков.

33. Травы *лапчатки гусиной* — 20 г, травы *льнянки обыкновенной* — 10 г, листьев *мяты перечной* — 10 г, корня *одуванчика* — 20 г, соцветий *пижмы* — 10 г, травы *чистотела* — 5 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гепатите и холецистите как желчегонное средство.

34. Соцветий *бессмертника песчаного* — 30 г, травы *зверобоя* — 20 г, травы *крапивы двудомной* или *жгучей* — 60 г, травы *репешка обыкновенного* — 30 г, рылец *кукурузы* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—6 раз в день, лучше до еды, при гепатите. Одновременно полезно больному принимать и мед по 20—30 г 3—5 раз в день. После приема меда и настоя ему необходимо лечь на правый бок, лучше на грелку, на 1—2 часа.

35. Травы *адониса*, побегов *хвоща полевого*, травы *тысячелистника* — по 20 г, травы *чистотела* — 40 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по стакану теплого настоя (можно с медом по вкусу) 2—3 раза в день, лучше до еды, при гепатопатиях с нарушением кровообращения и отеками.

36. Травы *спорыша*, травы *зверобоя*, травы *душицы*, травы с корнем *цикория*, травы *чистотела*, почек *березы*, соцветий *бессмертника*, соцветий *ромашки*, соцветий *календулы* — каждого компонента по 10 г.

Отвар: 3 ст. ложки сбора кипятят 10—15 минут в 3 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2—2/3 стакана

теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день за час до еды при гепатохолециститах и др. заболеваниях печени.

37. При желтухе, острых и хронических нарушениях функций печени, когда многие данные выше рекомендации для больного неприемлемы, действенна *уриноterapia*, достаточно быстро очищающая и исцеляющая весь организм, независимо от источника заболевания, результативная даже тогда, когда официальная медицина отказывается от больного, ссылаясь на его безнадежность.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и слегка подслащенной медом отстоянной воды.

В первые 3—4 дня такой терапии обычно восстанавливается естественный цвет лица и тела, желтуха, как правило, исчезает. При продолжении лечения кожа приобретает чистый и нежный цвет.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, примерно оно равно 6—10 дням, лечение следует продолжать до полного выздоровления.

38. При вирусном гепатите действие всех рекомендаций будет усилено, если в течение некоторого времени делать больному инъекции его стерилизованной мочи по 2—3 мл для взрослого 6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра.

✚ **ГИПЕРТОНИЯ** — хроническое заболевание, характеризующееся периодическим или постоянным повышением давления крови. Возникает в результате длительного нервного напряжения и от множества других причин.

1. Траву *астрагала пушистоцветного* в виде настоя принимают внутрь при гипертонической болезни, венозном полнокровии внутренних органов и мн. сердечных заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Принимают по 2—3 ст. ложки настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды.

2. Листья, кору корней и корни *барбариса обыкновенного* в виде настоя или отвара принимают внутрь как средство, снижающее артериальное давление крови, замедляющее сокращения сердца и увеличивающее их амплитуду.

Настой листьев: 2—3 чайные ложки листьев настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше с медом по вкусу и до еды.

Отвар коры или корней: 2 чайные ложки измельченного сырья кипятят 5 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

3. Кору веток или ветки *бересклета бородавчатого* в виде настоя или настойки принимают внутрь при гипертонической болезни I и II стадии, при сильных головных болях и нервных расстройствах.

Настой: 1/2 чайной ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по ст. ложке 2—3 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 5—7 дней в 200 мл водки и принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день, лучше до еды.

Растение очень ядовито!

4. Цветки *боярышника обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь как средство, устанавливающее равновесие между силой сердечных сокращений и артериальным давлением: повышенное давление снижается, пониженное повышается.

Настойка: 1 часть свежих цветков настаивают 10 дней в 10 частях 70°-ного спирта. Пьют по 15—30 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды. При нервных расстройствах и бессоннице эту дозу увеличивают в 2—3 раза.

5. Листья (траву) *барвинка малого* в виде настоя или порошка принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, атеросклерозе его, гипертонии, диабете и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в стакане кипятка и принимают по 1/2 чайной ложки 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

6. Листья (траву) *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии, тромбозах и закупорке вен.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 1—2 часа.

7. Молодые листочки (в период их распускания) и корни не толще пальца *гледичии трехколючковой (рожки)* в виде настоя принимают внутрь при гипертонии I и II стадии как средство, расширяющее кровеносные сосуды при явлениях стенокардии и многих других заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 4—5 раз в день до еды.

8. Порошок из семян *горчицы сарептской* в виде горчичников или горчичных ванн используют наружно для рефлекторного воздействия на функцию кровообращения при гипертонических кризах, угрожающем инсульте и стенокардии, прикладывают на грудь, область затылка и икроножных мышц.

9. Корневища *диоскореи кавказской (лианы)* в виде настойки принимают внутрь при общем атеросклерозе и атеросклерозе с преимущественной локализацией процесса в сосудах головного мозга, сочетающемся с гипертонической болезнью.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

10. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии и истерии.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раз в день до еды.

11. Цветущую траву *желтушника малого* и др. видов в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство неотложной помощи при расстройстве функции сердечно-сосудистой системы (сердечной недостаточности с тяжелым нарушением кровообращения, гипертонии, стенокардии и др. заболеваниях сердца).

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают час в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1 чайной ложке с постепенным увеличением дозы до 1—2 ст. ложек 4—5 раз в день, лучше до еды.

Препараты желтушников противопоказаны при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокардите, эндокардите и сильном атеросклерозе.

12. Плоды *калины обыкновенной (красной)* в виде сока или растертые с сахаром принимают по 1—2 ст. ложки при гипертонии и для успокоения болей в сердце 3—4 раза в день до еды.

13. Цветки *картофеля посевного* в виде настоя принимают внутрь при гипертонии и как средство, возбуждающее дыхание.

Настой: 2 ст. ложки цветков настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Лук *репчатый обыкновенный* назначают в диетотерапию при атеросклерозе и гипертонии как средство, уменьшающее содержание холестерина в стенках сосудов и в крови.

15. Листья *маслины европейской* или культурной в виде экстракта или настоя принимают внутрь при атеросклерозе и высоком давлении крови.

Экстракт: 20%-ный на 40—70°-ном спирте, принимают по 40 капель 3—4 раза в день на 1/4 стакана теплой кипяченой воды до еды.

Настой произвольный, пьют как чай с медом по вкусу 3—5 раз в день.

16. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде, в смеси с медом или алкоголем вводят в организм подязычно при атеросклерозе, гипертонии, спазмах и тромбозах сосудов как средство, регулирующее давление крови (повышенное понижает, пониженное повышает).

Применение: свежее молочко 20—30 мг (на кончике ст. ножа) за 1—1,5 часа до еды кладут под язык и держат там до полного растворения. Положительный результат лечения будет значительно ускорен, если перед каждым применением молочка больной произведет чистку рта с

помощью подсолнечного масла, как рекомендовано в разделе «Печень», или будет продолжительно полоскать рот, особенно под языком, минеральной водой.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда. 1/4 чайной ложки этой смеси кладут под язык и держат там до полного растворения. Не сосут, не глотают, а ждут, чтобы она растворилась под языком.

Настойка: 1 часть молочка смешивают с 20 частями водки и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

17. Соцветия *ноготков лекарственных (календулы)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, снижающее рефлекторную возбудимость, артериальное давление и усиливающее сердечную деятельность.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу по стакану теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 1—2 чайных ложки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

18. Веточки с листьями *омелы белой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии I и II стадий, головокружениях и головной боли.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,6 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 30—50 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

19. Плоды *ореха грецкого* с медом или сами по себе принимают по 100 г ежедневно при атеросклерозе, склерозе головного мозга и гипертонии.

Листья этого ореха в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе головного мозга и многих других заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки молоденьких листочков настаивают час в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Траву *очитка едкого (заячья капуста)* в виде настоя принимают внутрь как средство, вызывающее расширение кровеносных сосудов, что оправдывает прием его при повышенном давлении крови.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день через 30 минут после еды.

21. Траву *наслена черного* в виде настоя принимают внутрь как средство, расширяющее кровеносные сосуды и понижающее давление крови.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

22. *Пектины*, получаемые из яблок, свекловичного жома и др. растений, в виде настоя принимают внутрь как средство, выводящее холестерин из организма и расширяющее кровеносные сосуды.

Настой: 1/2 чайной ложки пектина настаивают, промешивая 2—3 минуты, в стакане теплого чая или яблочного сока и выпивают все в один прием 3—4 раза в день за час до еды.

23. *Прополис* в чистом виде или в смеси с любым компонентом (масло, спирт или молоко) принимают внутрь как средство, способствующее выведению холестерина из крови и внутренних стенок сосудов, делающее кровь менее вязкой, а сосуды эластичными.

Принимают прополис в чистом виде по 3—5 г, продолжительно жуя, затем проглатывают; 3—4 раза в день за час до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте; по 30 капель на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день за час до еды.

24. Листьев *омелы* — 10 г, цветков *боярышника* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 40 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гипертонической болезни.

25. Листьев *омелы белой* — 3 чайные ложки, травы *тысячелистника* — 4 чайные ложки, побегов *хвоща полево-*

го — 3 чайные ложки, бутонов цветков *софоры японской* — 3 чайные ложки.

Настой: 20 г сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при гипертонической болезни.

26. Цветков *боярышника*, листьев *омелы*, травы *пустырника*, травы *сушеницы болотной* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гипертонии.

27. Мед с соком *овощей*, например: стакан сока *свеклы*, стакан сока *моркови культурной*, стакан сока *хрена* (натертый корень хрена предварительно настаивают с водой 1 : 1 — 36 часов) и сок из одного *лимона*. Эту смесь соков соединяют с одним стаканом меда и принимают по ст. ложке смеси 3—4 раза в день до еды или через 2—3 часа после еды при начальных стадиях гипертонической болезни. Хранят смесь в хорошо закрытой посуде в прохладном месте.

28. Другая рекомендация включает следующие компоненты: стакан сока *моркови культурной*, стакан сока *хрена* (приготовленного, как в № 27), стакан *меда* и сок из 1 *лимона*.

Все тщательно смешивают, хранят и принимают, как в № 27.

29. Цветов *боярышника* — 20 г, листьев *мелиссы* — 15 г, плодов *софоры японской* — 20 г, травы *спорыша* — 10 г, плодов *шиповника* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе, гипертонии и сердечной недостаточности.

30. Травы *горца птичьего* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г, цветков *боярышника* — 20 г, листьев *мелиссы* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 29.

31. Травы *горца птичьего*, побегов *хвоща полевого*, рылец *кукурузы*, веточек с листьями *омелы белой* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды, при атеросклерозе и гипертонии.

32. Травы *горца птичьего* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г, травы *пустырника* — 15 г, листьев *омелы белой* — 15 г.

Настой: приготовление и прием, как в № 31, при атеросклерозе, гипертонии, головной боли и как средство, успокаивающее нервную систему.

33. Травы *горца птичьего* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г, травы *пустырника* — 15 г, корня *валерианы* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31. Сбор хорошо успокаивает нервную систему.

34. Корня *валерианы* — 10 г, травы *вереска* — 10 г, травы *пустырника* — 10 г, травы *сушеницы* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при нервном перенапряжении, гипертонии и бессоннице.

35. Листьев *березы* — 15 г, рылец *кукурузы* — 15 г, корневищ *пырея* — 15 г, корня *синюхи* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, листьев *мелиссы* — 10 г.

Приготовление и применение, как в № 31, при атеросклерозе, гипертонии, головных болях, частых головокружениях и как средство, успокаивающее нервную систему.

✦ ГИПОТОНИЯ — пониженное артериальное и венозное давление.

1. Корень *аралии маньчжурской* в виде настойки принимают внутрь как эффективный стимулятор центральной нервной системы. Ее рекомендуют в качестве тонизирующего средства при нервных и психических заболеваниях и гипотонии.

Настойка: 10%-ная на 70°-ном спирте, принимают по

30—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 2, реже 3 раза в день до еды.

2. Цветки *бессмертника песчаного* в виде отвара принимают внутрь при заболеваниях печени, желчного пузыря и гипотонии.

Отвар: ст. ложку соцветий варят 15 минут в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

При гипертонии препараты бессмертника противопоказаны.

3. Траву *гулявика (дескурайния) Софии* в виде настоя принимают внутрь при пониженном артериальном давлении крови (гипотонии).

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Зеленые части (веточки, листья и кору) *дрока красивого* в виде отвара принимают внутрь как средство, обладающее отчетливым сосудосужающим действием, показано гипотоникам.

Отвар: 2 ложки сырья кипятят в 0,5 л воды, пока не останется 1/3 всей жидкости, по остывании принимают по 2 ст. ложки через каждые 2 часа, но через день.

5. Корень *женьшеня настоящего* в виде настойки или порошка принимают внутрь как тонизирующее и стимулирующее средство для всего организма при физической и умственной усталости, упадке сил, гипотонии, малокровии и др. недугах.

Настойка: 10%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день после еды. Курс лечения — 1 месяц.

Порошок из корня по 0,15—0,3 г (на кончике ножа) принимают 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, после еды. Лечение проводят в 3—4 курса с перерывами между ними в 10—15 дней.

Препараты женьшеня противопоказаны при тяжелой форме гипертонии, склеротическом изменении сосудов сердца и головного мозга и т. д.

6. Корень *заманихи высокой* в виде настойки принима-

ют внутрь как стимулятор центральной нервной системы при физической и умственной усталости, сердечной недостаточности, гипотонии, депрессивных и астенических состояниях и многих других недугах.

Настойка: 30—50 г корней настаивают 10—15 дней в 100 мл 70°-ного спирта и принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды в течение 30 дней.

7. Листья *зопника клубненосного* в виде настоя или чая принимают внутрь как тонизирующее и стимулирующее средство, которое вызывает значительное сужение просвета сосудов, следовательно, показано гипотоникам.

Настой: 2—3 ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют как чай — без дозировки, лучше до еды, 3—5 раз в день.

8. Листья и кору *караганы древовидной (желтая акация)* в виде настоя принимают внутрь как антисептическое и сосудосужающее при расширенных венах средство, при головокружениях и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

9. Листья *копытня европейского* в виде настоя принимают внутрь как средство, усиливающее сердечную деятельность, не нарушая ее ритма, вызывающее сужение сосудов, повышающее тонус вен и кровяное давление.

Настой: 1 г или 1/2 чайной ложки листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по 2 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Строгая дозировка! Беременным препараты копытня противопоказаны!

10. Корень *левзеи сафлоровидной (маралий корень)* в виде настойки принимают внутрь как средство, стойко повышающее кровяное давление при некоторых сердечно-сосудистых заболеваниях.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 15—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

11. Листья и кору *лещины обыкновенной* в виде настоя

принимают внутрь как антисептическое, сосудосуживающее, капилляроукрепляющее и противовоспалительное средство, при расширенных венах, перифлебитах и капиллярных геморрагиях.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 1—2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Плоды и семена *лимонника китайского* в виде настойки, настоя или порошка принимают внутрь как стимулирующее и тонизирующее средство при различных заболеваниях центральной нервной системы, ряде сердечно-сосудистых заболеваний и гипотонии.

Настойка: 30%-ная — на 70—95°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

Порошок из сырья принимают по 0,5 г (1/2 чайной ложки) утром и вечером, запивая теплой кипяченой водой, до еды.

13. *Маточное (пчелиное) молочко* в малых дозах принимают подъязычно или внутрь при пониженном давлении крови, головокружении, старческой слабости как средство, регулирующее функцию желез внутренней секреции. Иногда для увеличения объема и удобства в приеме этого молочка его смешивают с другими компонентами (мед или алкоголь).

Приготовление и прием: молочко в чистом виде (на кончике ножа) 30 мг кладут под язык и держат там до полного растворения за 1—1,5 часа до еды. Иногда эти 30 мг молочка смешивают с 1/2 стакана теплого молока и принимают 3—5 раз в день за час до еды.

Смесь на меду: 10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, 1/4 чайной ложки смеси кладут под язык и держат до полного растворения за 1—1,5 часа до еды 3—5 раз в день или смешивают 1/2 чайной ложки смеси с 1/2 стакана молока и пьют 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 1 часть молочка настаивают 5 дней в 20 ча-

стях 40°-ного спирта и принимают по 5—10 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

Напоминаем, что подъязычный прием молочка или его препаратов ускоряет исцеление организма от этих и многих других недугов.

14. Плоды *мордовника шароголового* в виде настойки принимают внутрь при астенических состояниях с явлениями гипотонии, мышечной атрофии и мн. др. недугов.

Настойка: 2—3%-ная на 40—70°-ном спирте, принимают по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

15. Кору *обвойника греческого* в виде настойки или настоя принимают внутрь при сердечно-сосудистой недостаточности II и III степени с тяжелым расстройством кровообращения как средство, нормализующее (незначительно повышающее) давление крови.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

Настой: ложку коры настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ложки 3 раза в день до еды.

16. Корнеплоды *родиолы розовой (золотой корень)* в виде экстракта принимают внутрь как ярко выраженный психостимулятор с адаптогенным действием при функциональных заболеваниях нервной системы, повышенной раздражительности, астеническом состоянии, гипотонии, нервном и физическом истощении.

Экстракт: 1 : 1 на 40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель экстракта на ст. ложку кипятка 2—3 раза в день до еды в течение 10—20 дней.

Препараты родиолы противопоказаны при резко выраженных симптомах нервных заболеваний и истощаемости корковых клеток.

17. Листья и недозревшие веточки *секуринеги ветвистой (полукустарниковой)* в виде слабого раствора (настойки или настоя) при строгой дозировке принимают внутрь как тонизирующее средство при астенических со-

стояниях, неврастении с быстрой утомляемостью, ослаблении сердечной деятельности, гипотонии, вялом параличе и многих других недугах.

Настойка на 40°-ном спирте или настой 0,4%-ного раствора принимают по 10—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Препараты секуринегги противопоказаны при атеросклерозе, гипертонии, остром и хроническом нефрите, астме и некоторых др. болезнях.

18. Листья и цветочные корзинки (без колючек) *та-тарника колючего* в виде настоя, отвара или порошка принимают внутрь как средство, суживающее периферические сосуды, повышающее артериальное давление, возбуждающее центральную нервную систему и деятельность сердца.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка, пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают час и пьют по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

Порошок из листьев принимают по чайной ложке 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

19. Плоды (ягоды) *тутового дерева (шелковицы)*, желательно черного цвета, в свежем виде летом или медовый (сахарный) сироп из ягод зимой едят без ограничения как усиленное питание для ослабленного организма при гипотонии и сердечной недостаточности.

20. Корни *элеутерококка колючего (дикий перец)* в виде экстракта или настойки принимают внутрь как заменитель женшеня, оказывающий значительно лучшее тонизирующее, адаптогенное и лечебное действие. Назначают эти препараты при физическом и умственном переутомлении, общей слабости организма, гипотонии и нервно-психических расстройствах, главным образом функционального характера (неврозы, вегетодистонии, астенические и гипостенические состояния).

Экстракт: 50%-ный на 40°-ном спирте, принимают по 25—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день за час до еды.

Настойка: 100 г корней настаивают 7—10 дней в литре водки и принимают по десертной ложке 2—3 раза в день до еды в течение месяца.

21. Зеленые неодеревеневшие веточки (траву) *эфедры двухколосковой (кузьмичевой травы)* в виде настоя или отвара принимают внутрь при гипотонической болезни, для поднятия кровяного давления при кровопотерях (травмы, операции, шок) и заболеваниях сердечной мышцы.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по ст. ложке 3 раза в день до еды.

Отвар: 2—3 ст. ложки травы на 2 стакана воды, уваривают до половины и пьют по 2 ст. ложки 2—3 раза в день до еды в течение 2—3 месяцев.

Эфедрин противопоказан при атеросклерозе, гипертонии, бессоннице и тяжелых органических заболеваниях сердца.

22. *Крапива*, лист — 10 г, плоды *мордовника* — 20 г, лист *смородины черной* — 10 г, лист *татарника* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды при гипотонии.

23. Листа *березы* — 30 г, травы *зверобоя* — 30 г, листьев *малины* — 20 г, плодов *мордовника* — 20 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гипотонии.

24. Травы *гулявика (дискурайнии)* — 10 г, листа *зопника клубненосного* — 10 г, листьев или коры *караганы* — 15 г, плодов *мордовника* — 10 г, листа *крапивы двухдомной* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 23.

25. Листа *зопника клубненосного* — 10 г, листа *копытня европейского* — 10 г, коры или листа *караганы* — 20 г, листа и цветочных корзинок *татарника* — 10 г, плодов *смородины черной* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Сбор заваривают как чай и пьют без дозировки с медом по вкусу регулярно при сердечной недостаточности и гипотонии.

26. Листа зопника клубненосного — 10 г, листа или коры караганы — 20 г, коры лещины — 20 г, коры обвойника — 10 г, листа и цветочных корзинок (без колючек) татарника — 10 г, плодов шиповника — 40 г.

Сбор заваривают как чай, пьют с медом по вкусу без ограничения при сердечной недостаточности с расстройством кровообращения и гипотонии.

27. При быстрой утомляемости, головокружениях и гипотонии, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, причины этого кроются, вероятно, в зашлакованности организма, в первую очередь кишечника. В таком случае необходимо произвести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Даже после единственной чистки действенность всех препаратов повышается во много раз, достаточно быстро восстановится нервная регуляция тонуса сосудов и нормализуется давление.

28. При гипотонии, общей слабости и частых головокружениях больного после проведения очистки кишечника следует перевести на вегетарианскую пищу и употребление натуральных соков без ограничения, можно с медом по вкусу. При этом регулярно, до полного выздоровления, необходимо делать больному инъекции его стерилизованной мочи по 0,5—1,0—2,0 мл (детям, в зависимости от возраста, — 0,2—0,3—0,5 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Вегетарианская пища и регулярные инъекции намного ускорят полное выздоровление.

✦ ГЛАЗНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

1. Траву аврана лекарственного в очень малых дозах в виде порошка принимают внутрь как средство, регулирующее чувствительность зрения к зеленому цвету, например: малые дозы настоя или порошка чувствительность зрения к зеленому цвету повышают, а большие, наоборот, вызывают полную невосприимчивость к нему.

Растение ядовито! Препараты его обладают сильным слабительным действием. Большие дозы вызывают сильнейший понос с кровью, рвоту, судороги и коллапс.

Порошок из травы принимают по 0,2 г 3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

2. Листья *алоэ древовидного* в виде экстракта или настоя используют наружно в виде примочек при глазных болезнях: блефаритах, конъюнктивитах, пигментном рените, помутнении стекловидного тела и многих других.

Сок разводят в соотношении 1 : 10, фильтруют через чистое льняное полотно.

3. Краевые цветки *василька синего* в виде настоя используют наружно при некоторых глазных заболеваниях, особенно при болезни «куриная слепота».

Настой: 1 — 2 чайные ложки лепестков настаивают 2 часа в стакане кипятка. Фильтруют через плотное льняное полотно и теплым настоем делают примочки.

4. Корни *василистника малого* в виде настоя принимают внутрь при ослаблении зрения, головной боли, малокровии.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Семенами *дурмана обыкновенного* в виде настойки, разведенной в теплой кипяченой воде, делают примочки на глаза при их воспалении.

Применение: настойку 5%-ную на 40°—70°-ном спирте разбавляют в соотношении 1 : 10 теплой кипяченой водой, используют наружно. Настаивают 7 дней.

✓ 6. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при воспалении и нагноении глаз, глаукоме и головной боли.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды. Профильтрованным через плотное льняное полотно теплым настоем делают примочки на больные глаза.

7. Траву *зайцегуба (логохилуса) опьяняющего* в виде настоя принимают внутрь при глаукоме и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 6—8 часов в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 4—6 раз в день.

8. Соцветия *календулы обыкновенной* (иногда) в виде настойки, разведенной теплой кипяченой водой, используют как примочки при блефарите, конъюнктивите и ячменях.

Настойка: 25%-ная на 40°—70°-ном спирте, разводят чайную ложку настойки на 1/2 стакана кипятка. Теплой смесью промывают глаза.

9. Свежеприготовленный, профильтрованный через плотное полотно сок *лука репчатого* смешивают 1 : 1 с теплой кипяченой водой и эту смесь закапывают в глаза (лучше на ночь) при световом облучении их (электросварка, солнце и др.).

Закапать по 1—2 капли в каждый глаз и, закрыв их, полежать 15—20 минут в затемненном помещении. Реакция от такой процедуры будет мгновенной и короткий промежуток времени болезненной, зато после зрение улучшится.

✓10. Свежеприготовленный профильтрованный сок *лука репчатого* замешивают в водяной бане с чистым медом 1 : 1 до полного остывания смеси. Используют ее как глазные капли или мазь по 1—2 капли в каждый глаз 2—3 раза в день. Полностью излечивают глаукому.

Во избежание окисления сока мазь готовят в течение 5—7 минут, главное хорошо промешать с медом, по остывании меда мазь готова.

11. Свежее *маточное (пчелиное) молочко* в виде 2%-ного раствора в дистиллированной воде используют наружно при глаукоме, кератите, различных формах конъюнктивита, глазных повреждениях, язве роговицы и т. д.

Применение: раствор фильтруют через фильтровальную бумагу или чистое льняное полотно и используют в виде глазных капель (по 2—3 капли раствора на раз) или примочек 5—6 раз в день. На ночь лучше делать примочки при ожогах век, роговицы и ранах.

12. Центробежный *мед* в чистом виде или в виде 30%-ного раствора на дистиллированной воде используют наружно при глазных заболеваниях (катаракте, кератите, конь-

юнктивитах, скрофулезных поражениях глаз, язвах роговицы и др.).

Применение меда в чистом виде (как глазной мази), как правило, ускоряет время исцеления, но при закладывании его в глаза вначале ощущается некоторое жжение. И наоборот: боль, если она была до применения медовой мази, утихает.

30%-ный раствор по 3 капли в глаза 2—3 раза в день. При запущенных формах заболеваний курс лечения длится 20—30 дней.

13. Траву *мокрицы (звездчатки средней)* в виде теплого настоя используют для закапывания в глаза при помутнении роговицы.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют через чистое льняное полотно в теплом виде 2—3 раза в день и используют как глазные капли.

14. Плоды *мордовника шароголового* в виде настоя или настойки принимают внутрь при рассеянном склерозе, атрофии зрительного нерва, пигментной дегенерации сетчатой оболочки глаз и многих других заболеваниях.

Настой или настойку 1—2%-ной концентрации принимают внутрь по 10—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день.

15. Свежий сок из корня *одуванчика лекарственного* по капле 2—3 раза в день закапывают в глаза при трахоме.

16. Траву или все растение *очанки прямостоячей (глазная трава)* в виде настоя используют для примочек при воспалении глаз, век, глазных мешочков, пятнах на роговице и др. заболеваниях.

Настой: 30—40 г сырья настаивают час в 0,5 л кипятка. Фильтруют через плотное льняное полотно, обмакивают тряпочкой и прикладывают на больные глаза или промывают их теплым настоем. Эффект лечения наступает медленно, но лечение надежное.

17. Листья *подорожника большого* в виде сока используют наружно при лечении рака роговицы глаз.

Свежеприготовленный сок из чистых листьев быстро

фильтруют через плотное полотно, закапывают в больной глаз и пропитанным соком тампончиком делают повязку.

18. Семена *подорожника большого* (реже др. видов) в виде настоя используют наружно для примочек при воспалении слизистых оболочек глаз как обволакивающее средство.

Настой: 10 г (1 чайную ложку) истолченных семян настаивают 5—10 минут в 100 мл кипятка, взбалтывают, пока не остынет, затем фильтруют через чистое льняное полотно и применяют как примочку.

19. Чистый *прополис* в виде 1—2%-ного раствора в дистиллированной воде и 3—5%-ной мази на медовой основе используют наружно для промывания и смазывания глаз при различных (особенно неопределенной этиологии) заболеваниях глаз — конъюнктивиты различных этиологий, блефариты, язвы роговиц и др.

После промывания больных глаз этим раствором необходимо смазывать их мазью на достаточно большой промежутке времени 1—2 раза в день. Эти препараты достаточно быстро исцеляют глазные болезни.

Раствор: 1—2 г очищенного и измельченного прополиса растворяют путем прогрева и частого взбалтывания в 100 мл дистиллированной воды. Фильтруют через чистое льняное полотно и используют наружно.

Мазь: в 100 г прогретого до +45° меда кладут 3—5 г экстракта и парят около 2 часов эту смесь, часто взбалтывая. В теплом виде фильтруют через льняное полотно или 2 слоя марли и до полного остывания снова promeshивают. Мазь готова.

Экстракт: к 10 г очищенного и измельченного прополиса прибавляют 10 г (мл) дистиллированной воды и помещают эту смесь на несколько часов в водяную баню, периодически promeshивая. Получается мутная жидкость темно-коричневого цвета.

✓ 20. Траву или все растение *прострела раскрытого* (*сон-траву луговую*) в виде сока, настоя или порошка принимают внутрь при глаукоме. Свежеприготовленный сок смешивают 1 : 1 с медом и принимают по чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят в 2 стаканах воды, уваривая до половины, и принимают по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

Порошок из травы принимают по 0,1—0,4 г 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

21. Корневища или все растение *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при частичной потере зрения.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 10—12 часов в стакане кипятка и пьют по 1/2—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Этим же профильтрованным через льняное полотно теплым настоем делают примочки на глаза. Сок из корневищ с медом 1 : 1 используют как мазь в глаза.

22. Верхушки цветущей *руты душистой* (полукустарника) в виде настоя или настойки принимают внутрь при напряжении и спазме аккомодационной мышцы и воспалении век.

Настой: 5—10 г сырья настаивают 8 часов в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Растение ядовито! Беременным и детям внутреннее применение противопоказано!

23. *Ряску маленькую* в виде порошка с медом принимают внутрь, а настой используют наружно при глаукоме.

Порошок смешивают с медом 1 : 1 и принимают по 1—2 г смеси 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, фильтруют через льняное полотно и в теплом виде делают примочки на глаза.

24. Чистые свежеперетертые листья *сирени обыкновенной* используют наружно для излечения ячменей. Для этого несколько листочков обмывают теплой кипяченой водой, встряхивают воду, мелко измельчают, помещают горкой на целом листе и прикладывают к больному месту. Держат продолжительное время — чем дольше, тем лучше.

Процедуру повторяют 5—7 раз в день до полного выздоровления. Обычно в течение дня воспалительный процесс прекращается.

25. Траву *соссюреи двуцветной* (*горькуша двуцветная*) в виде настоя принимают внутрь при глаукоме и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

26. Траву *тимьяна ползучего* (*чабреца*) в виде порошка с медом принимают ежедневно перед сном по 1 чайной ложке или ложку смеси. Считают, что это предохраняет глаза от катаракты, укрепляет разум, усиливает органы чувств.

Смесь на меду 1 : 2 принимают на ночь, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: 30 г травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют через льняное полотно и в теплом виде промывают глаза при воспалении век.

27. Плоды (ягоды) *тутового дерева* (*шелковицы*) в свежем виде в летнее время используют как усиленное питание при физическом истощении организма, болезнях сердца и почти полной атрофии зрения. Необходимо усиленно питаться черными плодами тутовника, особенно тогда, когда организм истощен, например — тяжелые ранения, хирургические вмешательства и т. п.

Кроме того будет большая польза истощенному организму, если в качестве лекарства к такому питанию использовать препараты мордовника обыкновенного и др. растения.

28. Травы *льнянки обыкновенной*, цветков *васильков синих*, цветков *бузины черной* — по 20 г.

Настой: сбор заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 8 часов, фильтруют через льняное полотно и используют в виде примочек или капель для уменьшения воспаления, устранения гноетечения и улучшения зрения.

29. Цветков *бузины черной*, лепестков *василька синего*, травы *очанки прямостоячей* — по 1 чайной ложке.

Настой: весь сбор настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, фильтруют через чистое льняное полотно и вливают в настой 15—20 капель настойки из плодов дурмана

така-
3—4

са с
ой
ет
ы

обыкновенный



Диоскорея

Душица обыкновенная



Женьшень

(см. № 5), снова процеживают и этой смесью закапывают и промывают глаза, делают теплые компрессы на ночь при воспалении глаз, нагноениях и надвигающемся бельме, особенно у золотушных больных.

30. Лепестков *васильков синих*, соцветий *календулы*, травы *очанки* — по 10 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, фильтруют через чистое льняное полотно и теплым настоем делают на ночь примочки при ослаблении зрения. Лечение продолжительное, но результативное.

31. Лепестков *василька синего*, цветков *черемухи*, травы *герани луговой*, соцветий *клевера лугового (красного)*, травы *прострела раскрытого*, травы *вороньего глаза* — по 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, процеживают через чистое льняное полотно. В теплом виде используют для примочек при конъюнктивитах и блефаритах.

32. При глаукоме, катаракте и др. заболеваниях глаз для очищения их и улучшения зрения следует промывать их теплой и свежей своей мочой, но при запущенных формах заболеваний следует перевести больного на полное голодание в течение 10 дней с приемом внутрь по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи, а при необходимости и отстоянной воды. Одновременно 2—3 раза (можно на ночь) необходимо промывать мочой больные глаза. Такая терапия даст быстрый положительный результат.

✚ ГЛИСТОГОННЫЕ (противоглистные) СРЕДСТВА

1. Плоды *актинидии острой* или *коломикта (кишмиш)* принимают внутрь как противоглистное средство. Съедают 1—2 стакана плодов натощак.

2. Семена *арбуза столового* (при отсутствии тыквенных) используют как противоглистное средство.

Принимают семена арбуза примерно так, как семена тыквы (см. ниже).

3. Кору молодых ветвей *гранатового дерева* в виде на-

До 3 л. чистой воды в день для детей старше 10 лет

стоя используют для изгнания глистов, в частности бычьего цепня.

Настой или отвар: 50 г коры настаивают 6 часов в 2 стаканах воды, затем кипятят до тех пор, пока жидкость не упарится до половины, после процеживают и охлаждают. Принимают 200 мл этого отвара небольшими глотками в течение часа, через 30 минут после приема назначают фитослабительные (настой из листьев кассии или коры крушины), а в отсутствие их — солевые слабительные, глауберову или иную соль — 20—30 г.

4. Корневища и корни *девясила высокого* в виде настоя или экстракта принимают внутрь как достаточно эффективное противоглистное средство при рыбьем, бычьем, свином и карликовом цепне.

Настой: 1 ст. ложку корней настаивают 10 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1—2 ст. ложки настоя натошак каждые 2—3 часа.

Экстракт или отвар: 2 ст. ложки корней настаивают 10 часов или кипятят час в 1—2 стаканах воды и принимают по 1—3 ст. ложки экстракта натошак через каждые 2—3 часа.

5. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь от глистов, при расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта и запорах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки или по 1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Траву *кислицы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при глистах, горечи во рту, гипоцидных гастритах и др. расстройствах желудочно-кишечного тракта.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Следует помнить, что длительное употребление кислицы может вызвать раздражение почек и мочевыводящих путей.

7. Траву *крестовника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как противосудорожное и глистогонное средство, при желудочно-кишечных коликах и др. недугах.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают час и более

226 *клюква, кукуруза, имбирь, укроп, шавка, кинза, тмин, сырые тык. и арб. семечки, зверобой, бессмертник, спорыш,*

Лук, чеснок, геркулес, редька, репа, редис, перец всех видов, капуста, белокочанная, брокколи, спаржа, пастернак, сельдерей, земляника,

Кора осины, Грейнфрут

в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

8. Лук репчатый в виде экстракта, приготовленного из измельченной в кашу луковицы, заливают стаканом теплой кипяченой воды. Настаивают ночь и выпивают все натошак — так в течение 3—4 дней при глистах.

9. Свежеприготовленный сок из корнеплода моркови культурной по 100—200 мл взрослым натошак и по 1—2 ст. ложки детям дают утром и вечером как легкое послабляющее средство, а также при аскаридозе.

Для этих целей используют и порошок из семян этой моркови или настой из них при глистах, усиленном брожении и образовании газов в кишечнике.

Настой: 1 ст. ложку измельченных семян настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 2—3 часа до еды.

10. Семена моркови дикой в виде порошка принимают внутрь как слабительное и противоглистное средство, по 1—3 г порошка 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

11. Околоплодники и листья ореха грецкого в виде настоя принимают внутрь как вяжущее и глистогонное средство.

Зрелые ядра ореха настаивают на вине и принимают внутрь для изгнания глистов.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой: 1 ст. ложку измельченных околоплодников настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 1 ст. ложку мелкоизмельченных ядер настаивают 10—20 дней в стакане виноградного вина и принимают по 1—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Корневища папоротника мужского (щитовника мужского) в виде порошка, экстракта или отвара принимают внутрь при устранении тениидозов (инвазии бычьим и свиным цепнями), дифиллоботриоза, гименолепидоза, энтеробиоза и др.

девясил, календула, семена моркови, 227
облепиха, желтый корень, валериана, омега белая

При приеме этих препаратов необходимо соблюдать следующие правила: за день до лечения больной не должен принимать пищу, в крайнем случае допускается молочная диета.

Препарат из корневищ папоротника принимается (как рекомендовано ниже) только натошак. После его приема спустя 2 часа больному дают заранее приготовленное слабительное из средств фитотерапии (коры крушины, плодов молочая или листьев сенны, как рекомендовано в разделе «Запор»), но не касторку! При выбросе тении (выходе глистов) необходимо проводить дефекацию в горшок с теплым молоком или водой, сидя на нем во избежание их разрыва. Подобные процедуры иногда производят несколько раз, до полного освобождения кишечника от глистов.

Порошок из корневищ принимают по 0,5—1 г через каждые 5 минут 2 раза, запивая 2%-ным раствором чайной соды в теплой кипяченой воде; спустя 1—2 часа после приема порошка дают слабительное.

Отвар: 1 ст. ложку корневищ кипятят 10 минут в 2 стаканах воды, фильтруют, распределяют на 3 приема через каждые 2 часа. Спустя еще 2 часа дают слабительное.

Препараты папоротника ядовиты! Советуйтесь с врачом!

13. Соцветия, иногда с листьями, и семена *пижмы обыкновенной* в виде порошка или настоя принимают внутрь и делают клизмы из настоя как противоглистное средство, особенно при аскаридозе и острицах.

Порошок из соцветий или семян принимают внутрь по 1/2 чайной ложки (0,5—3 г) 2 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой. Детям от 10 до 15 лет дозу приема порошка уменьшают в 2 раза, а в возрасте 5—10 лет — в 4 раза.

Настой № 1: 1 ст. ложку соцветий и листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2—1 стакану теплого настоя натошак, через 2—3 часа дают слабительное из средств фитотерапии (см. раздел «Запор») и этим настоем делают клизму.

Настой № 2: чайную ложку семян настаивают 3/4 часа в 1/2—2/3 стакана теплой кипяченой воды, фильтруют и в теплом виде с помощью клизмы вводят в прямую кишку, держат там 10—15 минут.

Листья шиповника, корень солодки, тысячелистник, пижма,

14. Цветущую траву *полыни горькой* в виде настоя принимают внутрь и используют для клизм при аскаридозе и острицах. Круглых глистов изгоняют, принимая в течение 10 дней настой из этой полыни, утром натошак и вечером перед сном. Каждый раз после приема настоя рекомендуется съесть 1/2 стакана свежеперетертой моркови, а теплым настоем делают клизму, задерживая его максимально долго в кишечнике.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя утром и на ночь натошак.

15. Цветущую траву *полыни цитварной* или ее соцветия в виде порошка принимают внутрь в смеси с минимальным количеством сахара или меда как противоглистное средство (аскариды и острицы) под названием «цитварное семя». Назначается это семя в дозах по возрасту: от 1 до 3 лет — 0,25—0,75 г, от 4 до 6 лет — 1—1,5; от 7 до 9 лет — 1,75—2,25; от 10 до 14 лет — 2,5—3,5; от 14 до 15 лет — 4 г; взрослым — 5 г 3 раза в день за 1,5—2 часа до еды в течение 2 дней, после последнего приема на ночь назначается слабительное в виде порошка или настоя из листьев сенны узколистной по 1 чайной ложке для взрослых (иногда 2 раза в день до еды) в 1/2 стакана теплой кипяченой воды. Детям — по 1/4—1/2 чайной ложки, запивать теплой кипяченой водой.

16. Траву (иногда и корень) *репешка обыкновенного* в виде порошка или настоя принимают внутрь при глистах и мн. заболеваниях внутренних органов.

Порошок принимают по 2—3 г 3—4 раза в день до еды.

Настой: 4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка, пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды; теплым настоем делают клизмы утром и на ночь, задерживая долго в кишечнике.

17. Семена (семечки) *тыквы столовой* в свежем виде или в виде настоя принимают внутрь для изгнания всяких глистов, даже солитера.

Принимаемые внутрь семечки должны быть сухими (не жареными), хранящимися не более двух лет. Их очищают от скорлупы, но сохраняют внутреннюю серо-зеленую кожицу и назначают принимать соответственно возрасту: 3—

4 года — 75 г, 5—6 лет — 100 г, 10 лет и старше — 150—200 г, взрослым — до 3 стаканов в день, разделенных на 3 порции и принимаемых за час до еды. После приема последней порции семян через 2 часа дают слабительное из средств фитотерапии (см. раздел «Запор»), но не касторку!

Настой: 500 г не очищенных от скорлупы семян измельчают в мясорубке вместе со скорлупой, заливают их пятью стаканами теплой кипяченой воды и выпаривают без кипения на слабом огне или в духовке почти до половины жидкости; затем снимают с поверхности ложечкой ненужный слой масла, процеживают через марлю и принимают в зависимости от возраста в дозах, рекомендованных выше. Порошок из кожуры с мякотью тыквы — готовый препарат, вполне заменяющий ее семена. Взрослым дают по 60—80 г, детям — по 30—40 г, смешивая с теплой кипяченой водой до густоты сметаны и давая медленно, в течение 15—20 минут, 2—3 раза в день до еды.

Препараты из тыквы рекомендуется принимать в тех случаях, когда противопоказано лечение препаратами из папоротника мужского (при заболеваниях печени, почек, сердца, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника, беременным, лихорадочным).

Детям все препараты из тыквы можно готовить с малым количеством меда или сахара. После приема последней порции через 2—3 часа дают слабительное из средств фитотерапии (см. раздел «Запор»), но не касторку!

18. Чеснок посевной в виде настоя на молоке принимают внутрь и используют для клизм как глистогонное средство.

Если человек во сне скрипит зубами или после сна на губах остается слюна, можно предположить, что у него глисты. Вечером очищают от шелухи все зубки головки чеснока, а для больных старше 20 лет — 2—3 головки.

В эмалированной посуде доводят до кипения, но не кипятят стакан молока и кладут в него очищенный и измельченный чеснок, сняв с огня кастрюлю. Обмазывают ее под крышкой тестом и настаивают в теплом месте ночь. Утром этот настой фильтруют и выпивают весь натощак.

Минут через 30—40, возможно и более, глисты начнут выходить. Прием такого настоя производят 3 дня подряд, без перерыва.

Если больному большая концентрация чеснока противопоказана (по причинам др. недугов), то принимают от 10 до 40 капель сока чеснока, смешивают его с 1/2 стакана теплого молока и выпивают все 2—3 раза в день, лучше до еды.

Для клизм используют также приготовленный настой на молоке и держат его в кишечнике 10—15 минут.

Если для приема внутрь препараты чеснока противопоказаны (индивидуальная непереносимость, гиперацидные гастриты и др. причины), а глисты паразитируют в нижней части кишечника, в этом случае молочные настои будут приемлемы.

19. Для изгнания глистов, особенно остриц, в 2 стаканах молока отваривают очищенные и измельченные зубки от средней головки чеснока и ст. ложку семян *пижмы*. Кипятят в закрытой посуде 10 минут на слабом огне. Отвар процеживают и в теплом виде кружкой Эсмарха вводят в кишечник, максимально долго задерживая отвар. Вместе с калом выходят парализованные острицы. Такие клизмы повторяют до полного удаления их, что определяют по прекращению зуда в заднем проходе.

20. Для изгнания остриц — мелких белых глистов, гнездящихся в заднем проходе, после испражнения делают небольшую клизму из очищенной и измельченной средней головки чеснока, настоянной в 1,5 стакана полынного настоя (см. № 14). Эту смесь задерживают возможно дольше и выпускают. Клизмы с подобной смесью делают несколько дней подряд.

21. Листьев и ягод *омелы белой* — по 0,5 г, корня *валерианы* — 1 г.

Порошок из этого сбора принимают натошак ежедневно в течение 3 дней утром и перед сном, запивая теплой кипяченой водой. При этом рекомендуется есть свежую тертую морковь для удаления круглых глистов.

22. Соцветий *пижмы* — 20 г, цветков *ромашки аптеч-*

ной — 30 г, травы *льнянки обыкновенной* — 20 г, корневищ *папоротника мужского* — 30 г, коры *крушины* — 30 г, очищенного и измельченного *чеснока посевного* — 50 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя утром и вечером до еды как глистогонное средство.

♦ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ (разного происхождения)

1. Траву *адониса (горцицвета) весеннего* в виде настоя принимают внутрь как средство, улучшающее деятельность сердца, способствующее урежению пульса и исчезновению головных болей.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1 ст. ложке несколько раз в день, лучше до еды, как в чистом виде, так и в сочетании с другими средствами.

2. Траву *барвинка малого* в виде настоя или настойки принимают внутрь при головной боли, головокружении, заболеваниях легких и сердца.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10—20%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель 3—4 раза в день на 1/3 стакана теплой кипяченой воды до еды.

3. Траву *белозера болотного (сердечника)* в виде настойки принимают внутрь при сильных сердцебиениях и головной боли.

Настойка: 4 ст. ложки травы настаивают 7—10 дней в 0,5 л водки и принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

4. Листья *белены черной* в виде настойки принимают внутрь в тех случаях, когда применяется белладонна в качестве болеутоляющего средства при головной боли, хроническом бронхите, бессоннице и др. недугах.

Настойка: ст. ложку измельченных листьев настаивают 7 дней в 100 мл спирта или водки и пьют по 2 капли настойки на 1 ст. ложку воды 3 раза в день, лучше до еды.

Растение ядовито! Строгая дозировка!

5. Кору или мелкие веточки *бересклета бородавчатого* в виде настойки принимают внутрь при гипертонической болезни, нервных расстройствах и сильных головных болях.

Настойка: 1/2 чайной ложки сырья настаивают 7—10 дней в 0,5 л водки и принимают по 10—15 капель настойки 3 раза в день до еды на ст. ложку теплой кипяченой воды.

Настой: 1/2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

6. Цветущую траву *будяка полевого (осота розового)* в виде настоя принимают внутрь при головных болях, неврозах и недугах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день, лучше до еды.

7. Цветки *боярышника кроваво-красного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сильных нервных потрясениях, головокружениях, удушье, вызванном сердечными недомоганиями, и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки цветков настаивают час в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

8. Траву (иногда и корни) *буквицы лекарственной* в виде порошка принимают внутрь как укрепляющее средство при нервном истощении, головокружении и головной боли.

Мелкий порошок из листьев нюхают при головных болях и хроническом насморке.

Настой № 1: 2 ст. ложки травы настаивают час и более в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой № 2: ст. ложку листьев и корней или только корней настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по

1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

9. Листья *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, общей слабости и головных болях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Траву *вероники лекарственной* или *беловойлочной* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях, головокружении, головных болях и заболеваниях дыхательных путей.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 4—5 раз в день, лучше до еды.

11. Плоды *гороха посевного (огородного)* в виде порошка принимают внутрь как средство, богатое глютаминовой кислотой, которая улучшает питание клеток головного мозга, лечит атеросклероз и устраняет головные боли.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, лучше до еды.

12. Корневища *диоскореи кавказской (лианы)* в виде порошка или настойки принимают внутрь в очень малых дозах при атеросклерозе (общем, церебральном, коронарном), но с преимущественной локализацией процесса в сосудах головного мозга и сердца.

Порошок принимают по 0,05—0,1 г (на кончике ст. ножа), запивают теплой кипяченой водой 3—4 раза в день до еды в течение 10 дней с последующим перерывом на 4—5 дней, затем курс лечения повторяют.

Настойка: 10%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 5—7 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

13. Траву *змееголовника молдавского* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях, головной боли и учащенном сердцебиении.

Настой: строжку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Траву *змееголовника тимьяноцветкового* в виде на-

стоя принимают внутрь при головной боли, параличе тройничного нерва и лицевых парезах.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Листья и кору *караганы древовидной (желтая акация)* в виде настоя принимают внутрь при головной боли, заболеваниях печени и др. органов.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1—2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

16. Свежеприготовленный сок из клубней *картофеля* красных сортов по 1/2 стакана 3 раза в день натощак и перед сном рекомендуется при упорных головных болях и гиперацидных гастритах.

17. Цветущие верхушки и листья *кипрея узколистного (иван-чай)* в виде настоя принимают внутрь при головных болях и как снотворное средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают час и более в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Соцветия *клевера лугового (красного)* в виде настоя принимают внутрь при гипертонии, головной боли, особенно головокружении.

Настой: 2 ст. ложки соцветий настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

19. Траву *клевера шуршащего (желтого)* в виде настоя принимают внутрь при общей слабости организма, шуме в ушах и обмороках.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

20. Траву *колокольчика скученного* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и обезболивающее средство при головных болях и лихорадочных состояниях.

Приготовление и прием настоя — см. № 18.

21. *Кукурузное масло* (получаемое из зародышей зрелого зерна кукурузы) рекомендуется принимать при голов-

ной боли, мигрени и других заболеваний как средство, вспомогательное к изложенным в этом разделе.

Принимают его по 1 ст. ложке 3—4 раза в день, лучше за час до еды.

22. При головной боли берут свежую *лимонную корку* диаметром в 3—5 см, очищают от белого налета, прикладывают сочной стороной к виску и держат некоторое время. Вскоре под коркой образуется красное пятно, которое будет немного гореть и чесаться, а головная боль пройдет.

23. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при головной боли, головокружении с рвотой (синдром Меньера) и др. недугах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час и более в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 1—2 часа.

24. *Мед*, по 2 чайные ложки за каждой едой, полезен при головной боли, мигрени. Даже в случае прекращения головной боли съешьте сразу ст. ложку меда, который быстро усваивается организмом; часто головная боль ослабевает через 30—40 минут после употребления меда. Если головная боль не исчезает, съешьте еще ст. ложку меда. Он действует успокаивающе на организм и в случае головной боли дает быстрый положительный эффект.

25. Траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервных потрясениях, сердечных болях, головокружении и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки 5—6 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

26. Веточки с листьями *омелы белой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии, головной боли, головокружении и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают ночь в стакане теплой кипяченой воды и пьют по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день.

Настойка: 20%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 30—50 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды. При головокружении пьют чай из омелы с медом по вкусу.

27. Траву *очного цвета пашенного (куриная слепота)* в виде настоя принимают внутрь как сильное успокаивающее нервную систему средство при головных болях и душевных расстройствах.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в 2 стаканах кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

28. Траву (молодые побеги с листьями) *паслена черного* в виде настоя пьют при неврозах, головной боли, спастическом кашле и др. недугах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя, можно с медом по вкусу, 3—5 раз в день до еды.

Свежую, истолченную траву в виде лекарственной повязки рекомендуют при головной боли.

29. Корни и корневища *патринии средней* или *патринии сибирской* в виде настоя или настойки принимают внутрь при повышенной возбудимости, неврозах сердца, головной боли и бессоннице.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по ст. ложке теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

30. Листья или все растение (с корнем) *первоцвета лекарственного (примулы)* в виде настоя принимают внутрь при физическом истощении, общем упадке сил, головной боли (мигрени), головокружении и др. недугах.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день.

31. При атеросклерозе, головных болях, головокружениях и многих других недугах ежедневно, желательно 3 раза в день, задолго до еды, можно и на ночь, на протяжении длительного времени (1—2 месяца), вы берете ст. ложку чистого *подсолнечного масла* и энергичными движениями губ и щек гоняете это масло во рту, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов. Таким образом взбалтываете это масло в течение 15—20 минут, пока оно не станет белым, как молоко. Эту кипенно-белую массу выплевываете, ни капли не глотая. После этого рот тщательно полощите теплой водой.

В процессе этого метода лечения одновременно пользуются и др. средствами, рекомендованными в этом разделе. Такой комплексный подход к лечению намного ускорит выздоровление.

32. Траву *руты душистой (пахучей)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при расстройствах нервной системы, головных болях со спазмами сосудов, головокружении и многих других недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды. Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Беременным, детям и лицам престарелого возраста препараты руты противопоказаны.

33. При атеросклерозе, гипертонии и сопутствующих явлениях — головных болях и бессоннице — рекомендуется включать в дневной рацион питания 2—3 дольки *чеснока*. Препараты его (сок или настойку) принимают внутрь как средство, расширяющее кровеносные сосуды и улучшающее работу сердца.

Настойка: 1—2 очищенные и измельченные луковицы чеснока настаивают 2—4 недели в 50 мл 40°-ного спирта и принимают по 15—20 капель настойки на 1—2 ст. ложки теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

При гиперацидных гастритах, зобе и других заболеваниях препараты чеснока к применению противопоказаны.

34. *Яблочный уксус* в народной медицине используется

для лечения мигрени в виде паровой ингаляции. Поставьте на электроплитку кастрюлю с 50%-ным раствором уксуса в кипятке рядом с кроватью или кушеткой больного. Накройте его теплым одеялом с головой из расчета, чтобы оно покрывало и кастрюлю с горячим раствором. Дайте раствору медленно закипеть. Когда с его поверхности начнет активно поступать пар, наклонитесь над ним и дышите этим паром, вдыхая его 75—85 раз, и боли прекратятся. Если они появятся снова, то будут вдвое слабее. Можно повторить эту процедуру, она вполне заменит любые таблетки от головной боли.

35. Травы *адониса (горицвета)* — 10 г, травы *барвинка малого* — 15 г, цветков (венчиков) *первоцвета* — 20 г, почек *тополя* — 10 г, листьев *кипрея* — 15 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при простуде, головной боли и головокружении.

36. Травы *барвинка* — 10 г, травы *вероники* — 10 г, травы и корневищ *гравилата городского* — 10 г, листьев *кипрея* — 15 г, соцветий *клевера лугового* — 10 г, корневищ *диоскореи кавказской* — 10 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—4 раза в день до еды как противовоспалительное средство при головных болях и головокружениях.

37. Травы *барвинка малого* — 10 г, цветков *боярышника* — 10 г, листьев *мелиссы* — 15 г, листьев с веточками *омелы белой* — 15 г, цветков или всего растения *первоцвета* — 15 г.

Приготовление и применение настоя, как в № 36, при нервных потрясениях, головной боли и головокружениях.

38. При головных болях, если приведенные выше рекомендации не дают результата, больному необходимо провести полную и тщательную очистку кишечника, как указано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Даже после единственной чистки результативность др. рекомендаций повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

❖ **ГРИПП** — респираторное заболевание, протекающее с явлениями общей интоксикации (повышение температуры, общая слабость, головная боль, иногда тошнота и т. д.). Основной путь заражения — воздушно-капельная инфекция от больного человека, заразного преимущественно в первые 2—3 дня заболевания.

1. При эпидемиях гриппа или контакте с гриппозными больными во избежание заражения этим заболеванием следует носить плотно закрывающую органы дыхания (нос и рот) *защитную маску*, состоящую из 2—3 слоев марли или 1—2 слоев чистого льняного полотна.

Если маска рассчитана на многоразовое использование, к следующему дню (удобнее на ночь) ее следует прокипятить в течение 10—15 минут, выстирать, высушить и прогладить. Она готова к повторному применению.

2. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде слабого настоя в малых дозах принимают внутрь при инфекционных заболеваниях (грипп, скарлатина, тиф и т. д.).

Настой: ст. ложку травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и принимают по ст. ложке (максимум) не чаще, чем через час. Настой готовить ежедневно — употреблять свежим.

Строгая дозировка! Ядовито!

3. При гриппе и для предупреждения его используют *маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде подязычно с одновременным орошением полости рта и носовых пазух настойкой из молочка. Такой метод лечения менее кропотлив и всегда дает хорошие результаты в течение 2—3 дней.

Примечание: 20—30 мг молочка (на кончике ст. ножа) кладут под язык и держат до полного растворения 3—4 раза в день за 60—90 минут до еды.

Настойка: 1 часть молочка смешивается с 20 частями водки и орошается ею полость рта 3—4 раза в день, а также пропитывают ватку этой настойкой и вводят такие тампончики в носовые пазухи как лечебное и профилактическое средство.

4. Корневища *сабельника болотного (лапчатки болот-*

ной) в виде настоя принимают внутрь как потогонное средство при гриппе и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку корневищ с корнями настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день лучше до еды.

5. Кусочек очищенного зубка *чеснока посевного* с небольшой горошину закатывают в ватку, сжимают его пальцами (или чем иным) так, чтобы ватка пропиталась его соком. Закладывают такие комочки ваты в концы ноздрей так, чтобы они не мешали дышать носом. Во время эпидемии гриппа держите в ноздрях такие комочки постоянно.

6. При гриппе народным средством является медово-чесночная кашка: очищенный *чеснок* натирают на терке, смешивают с *медом* в соотношении 1 : 1 и принимают смесь по ст. ложке перед сном, запивая теплой кипяченой водой.

7. Листья *эвкалипта шарикового* в виде настойки принимают внутрь, а масляные извлечения из него используют наружно при гриппе для смазывания носовых пазух.

Настойка: 25%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 20—25 капель в 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

8. При простудных заболеваниях и в частности гриппе полезно попариться в хорошо прогретой бане. При лечении этого заболевания она будет результативной, если пар ее приготовлен из сгущенного (произвольного по концентрации) настоя из молодых (клеяких) почек *осины обыкновенной* или *тополя черного*.

Продолжительность такой лечебной процедуры 20—30 и более минут. Жажду в бане можно утолять настоем из этих почек, добавив в него по вкусу мед.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных почек настаивают 2—3 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают без строгой дозировки.

9. Травы *золототысячника* — 10 г, цветков *ромашки аптечной* — 10 г, листьев *трифоли* — 10 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка, пьют по стакану теплого настоя (лучше с

медом по вкусу) 3 раза в день до еды. На ночь (перед сном) выпивают 100 мл теплой водки, нагретой с 1 ст. ложкой меда; сон и обильный пот побеждают грипп с повышенной температурой.

10. При осложненной форме гриппа, его эпидемиях для профилактики и лечения этого заболевания прекрасные результаты дают прибавки к ежедневной пище очищенного *прополиса* как достаточно активного антибиотика, антисептика и кровоочистительного средства для всего организма. Иногда для этих целей используют и настойку прополиса.

Принимают чистый прополис по 7—10 граммов 3—5 раз в день за час до еды, продолжительно его жуя, потом глотают.

Настойка: 30%-ная на 70°—90°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки, разведя ее в 1/2 стакана теплого кипятка или чая, 3—5 раз в день, за час до еды.

11. При осложненной форме гриппа, эпидемиях его как дополнительное средство следует продолжительно жевать *медовые соты* (крышечки от рамок с медом). Это намного ускорит полное выздоровление и дополнительно укрепит иммунную систему. 1/2—1 чайную ложку сотов жуют 10—15 минут, затем разжеванную массу выплевывают. Эту процедуру многократно повторяют.

12. При эпидемиях гриппа или при обслуживании гриппозных больных как дезинфицирующее и лечебное средство используют сок или настойку из корнеплода *чеснока посевного*. Этими препаратами пропитывают ватные или марлевые турундочки и закрывают ими ноздри все желающие предохранить себя от гриппа.

Полезно держать во рту очищенный от шелухи зубок чеснока (если нет противопоказаний к его приему), продолжительно посасывая из него сок.

Настойка: 30%-ная на 40—70°-ном спирте. 1/2—1 чайную ложку этой настойки смешивают с 1/2 стакана теплого кипятка. 2—3 раза такой смесью в день полоскают рот, пропитывают ею турундочки, закрывая ноздри, дезинфицируют (протирают) лицо и руки.

13. При гриппе, когда др. рекомендации не действуют,

необходимо перевести больного на полное голодание в течение 2—3 дней с приемом внутрь по стакану 3—4 раза в день его мочи и отстоянной воды. Наружно: ватку в виде турундочек пропитывают мочой и закладывают в носовые пазухи 2—3 раза в день и на ночь. В дальнейшем для профилактики подобных заболеваний полезно будет выпивать по стакану утренней своей мочи и перейти на вегетарианскую пищу.

14. При гриппе и др. подобных заболеваниях, если приведенные выше рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, ему нужно сделать несколько инъекций собственной стерилизованной мочи по 0,5—2,0 мл (в зависимости от возраста) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции повысят действенность др. рекомендаций и ускорят выздоровление.

✚ **ГРЫЖА** — болезнь, при которой происходит выпадение внутренних органов из полости, где они расположены, через дефекты в стенке этой полости. Чаще встречаются брюшные грыжи, хотя разновидностей их много.

1. Траву *башмачка красного (крупноцветного)* в виде настоя принимают внутрь при детской грыже и головной боли.

Настой: чайную ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, можно с медом по вкусу.

2. Листья, желуди и кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде настойки на красном вине используют наружно как теплые компрессы для лечения грыжи.

Настойка: 20—30%-ная.

3. Траву или листья *косянки каменной* в виде настоя принимают при грыже, геморрое и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 4 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, можно с медом по вкусу.

4. Траву *лапчатки серебристой* в виде настоя принимают внутрь при желудочных заболеваниях и грыже.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 4 раза в день до еды или по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

5. Траву *лапчатки гусиной* в виде настоя принимают внутрь при туберкулезе легких, грыже и цинге.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Наиболее результативно действует отвар из семян на молочке: чайную ложку истолченных семян кипятят 5 минут в стакане молока и в теплом виде выпивают в 2 приема, лучше натощак, можно с медом по вкусу.

6. Траву *нивяника обыкновенного (ромашки луговой)* в виде настоя принимают внутрь при грыже, простуде, кашле и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы с цветочными корзинками настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь при грыже, геморрое, цинге и многих других заболеваниях.

Отвар: ст. ложку коры кипятят час в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды, можно с медом по вкусу.

8. Траву *проломника нитевидного* в виде настоя принимают внутрь при грыже и сердечных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Траву *таволги вязолистной* в виде настоя принимают внутрь при болях, вызванных грыжей, геморроем, и др. заболеваниях.

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Листья *крапивы двудомной* или *жгучей* в свежем виде перетирают в сметанообразную массу на большой лист *подорожника*, *капусты огородной* или *лопуха* и прикладывают как компресс на больное место при грыже.



❖ **ДЕРМАТИТ** — воспалительные процессы на коже, возникающие от внешних раздражителей — химических веществ, физических воздействий, а также от растений.

1. Эмульсия из листьев *алоэ древовидного*. В состав препарата входят: сок из биостимулированных листьев алоэ — 78 частей, касторовое масло — 11 частей, эмульгатор — 11 частей, эвкалиптовое масло — 0,1 части.

Биостимулирование производят следующим образом: свежесрезанные листья алоэ промывают теплой кипяченой водой и выдерживают 12—15 суток в темном и прохладном месте при температуре $+6...+8^{\circ}\text{C}$. Перетирают листья и выжимают из них сок, смешивают с компонентами. Эмульсия представляет собой однородную массу светло-крепового цвета с характерным запахом. Хранят ее в темном и прохладном месте при температуре не выше $+5...+10^{\circ}\text{C}$.

Используется линимент для смазываний при лучевом поражении, любой локализации опухоли с сильными болями, абсцессах и др. заболеваниях.

Свежие листья и мазь из сока листьев с успехом применяются при ожогах рентгеновскими лучами и дерматитах.

2. Корень *алтея* в виде настоя используют при себорейном дерматите лица и воспалениях кожи на руках.

Настой: ст. ложку корней настаивают в течение двух и более часов в стакане теплой кипяченой воды и используют настой для втираний и компрессов на пораженные участки кожи.

3. Траву *барвинка травянистого* в виде настоя используют для лечения гнойных ран и дерматитов.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в стакане кипятка и в теплом виде обмывают больные места.

4. Траву (листья) *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях (разные сыпи, чирьи, золотуха и т. п.).

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

5. Корневище *герани кроваво-красной* или *герани луговой* в виде настоя используют для компрессов при зудящих воспалениях кожи (гнойные раны, свищи, сыпи и др.).

Настой: 2—3 ст. ложки корневищ настаивают в течение двух часов и более в 2 стаканах кипятка и применяют в горячем (без обжигания) виде.

6. Плоды, семена и траву *дурнишника обыкновенного* или *дурнишника колючего* в виде настоя используют наружно при дерматитах, лишаях, сыпи, грибковых поражениях.

Настой: 1/2—1 ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане теплой кипяченой воды, фильтруют и в теплом виде используют наружно для компрессов и обмываний.

7. Молодые побеги и шишки *ели обыкновенной* в виде отвара на молоке принимают внутрь при различных кожных сыпях.

Отвар: 30 г измельченных побегов и шишек варят 10 минут и настаивают час в литре молока. Пьют по стакану теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

8. Травя *зверобоя обыкновенного* обладает дезинфицирующим и вяжущим свойством. В виде настоя ее используют для лечения угревой сыпи и дерматитов.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час и более в стакане кипятка и в теплом виде делают примочки и орошения.

9. Корневища *змеевика (горца змеиного)* в виде настоя используют наружно для лечения жирной себореи и дерматитов.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают в течение двух и более часов в стакане кипятка, делают им примочки и орошения.

10. Листья и стебли *каланхоэ перистого* в виде сока из

них используют наружно, подобно соку алоэ, как средство, оказывающее противовоспалительное действие на кожу; очищает и исцеляет ее от дерматитов, гнойных ран и язв.

Готовят сок следующим образом, свежие срезанные листья и стебли хранят в темноте при температуре $+5...+10^{\circ}\text{C}$ в течение недели, затем моют в проточной воде и измельчают в мясорубке (лучше в соковыжималке). Получается однородная масса, которую фильтруют и отжимают. При температуре $+4...+10^{\circ}\text{C}$ стерилизуют, фильтруют и консервируют. На вид это прозрачная желтая жидкость с оранжевым оттенком.

11. Свежеприготовленный сок *картофеля* рекомендуют применять как противовоспалительное и лечебное средство при острых дерматитах, развившихся после «лечения» рентгеном, для лечения и ожогов, экземы, трофических язв.

Приготовление сока и его применение: картофель обмывают, очищают от кожуры и перетирают через мелкую терку. Полученную сметанообразную массу накладывают на сложенную в несколько слоев марлевую салфетку толщиной 0,5—1 см и фиксируют бинтом к пораженному участку кожи. Через 1,5—2 часа картофельную массу осторожно снимают шпателем и заменяют новой. На ночь на это место накладывают 10%-ную прополисную мазь. Днем мазь снимают и продолжают применять аппликации из картофеля.

12. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя применяют наружно при поражении кожи дерматитом, лишаями, сыпью и др. недугами.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и теплым настоем делают обмывания и примочки.

13. Молочные (клейкие) листочки *ореха грецкого* в виде настоя используют наружно при дерматитах, туберкулезе кожи, экземе и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки листочков настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и используют в теплом виде для компрессов.

14. Околоплодники *ореха грецкого* или *маньчжурского*

в виде настоя используют наружно для лечения дерматитов, туберкулеза кожи (туберкулезной волчанки), бородавчатого туберкулеза и многих других кожных заболеваний.

Настой: ст. ложку измельченных околоплодников настаивают час в стакане кипятка и в теплом виде используют для обмываний и компрессов.

15. Свежеистолченные листья *подорожника большого* используют наружно при абсцессах на коже, дерматитах, фурункулах и др. кожных заболеваниях.

16. 5—10%-ную прополисную мазь или спиртовой раствор с успехом используют при хронических дерматитах, туберкулезе кожи, глубоких пиодермиях и др. заболеваниях кожи.

Приготовление мази: 500 г сливочного (несоленого) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 50 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре $+80^{\circ}\text{C}$ до полного остывания. Мазь готова, ею смазывают пораженные недугом участки кожи.

Настойка: 25—50 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса настаивают 7—10 дней в 0,5 л 70°—96°-ного спирта и используют наружно для орошений и примочек.

17. Цветки *ромашки аптечной* в виде настоя применяют наружно при себорейном дерматите и жирной себорее лица.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают в 1—1,5 стакана кипятка в течение 1—2 часов и держат без кипения на слабом огне 3—5 минут, в теплом виде используют для орошения и примочек.

18. Свежеприготовленный сок из корней *сельдерея пахучего* принимают внутрь при дерматитах, крапивнице и др. заболеваниях.

Сок пьют по 1—2 чайных ложки 3—4 раза в день до еды.

19. Траву *сушеницы болотной* в виде водного или масляного (последнее лучше) извлечения используют наружно при поражениях кожи рентгеновскими лучами, ожогах, язвах и др. заболеваниях.

Настой на воде: 1—2 ст. ложки травы настаивают час и более в стакане кипятка и в теплом виде используют для орошений и примочек.

Настой на масле: 1—2 ст. ложки травы настаивают 10 дней в стакане подсолнечного масла, ежедневно взбалтывая, потом процеживают.

20. Плоды *тмина обыкновенного* в виде настоя или настойки применяют наружно при острых воспалительных заболеваниях кожи: острые дерматиты, ожоги, экземы и др.

Настой: 2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и в теплом виде используют для орошения и примочек.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, используют, как и настой.

21. Молодые побеги *туи обыкновенной* в виде настойки применяют наружно при разных дерматитах, красной волчанке и др. заболеваниях.

Настойка: 10—20%-ная на 40°-ном спирте, используют для растираний и примочек.

22. Мякотью из свежих плодов *тыквы обыкновенной (столовой)* обкладывают воспаленные участки кожи при дерматитах, сыпях на коже, экземах и др. заболеваниях. Результат исцеления, как правило, достигается быстро.

23. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях (дерматиты, золотуха, скрофулез, хронические экземы и многое другое).

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют, иногда добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды. Наружно теплым настоем делают орошения или примочки на пораженный участок кожи.

24. Траву *череды трехраздельной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при зудящем или себорейном дерматите, лишаях, псориазах и многих других заболеваниях.

Настой для внутреннего применения: 4—5 ст. ложек травы настаивают ночь в литре кипятка, иногда кипятят

10 минут (отвар) и пьют по $1/2$ — $2/3$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой для ванн: 50—100 г травы настаивают максимум времени в ведре кипятка и используют в теплом виде для ванн, примочек или компрессов.

25. Траву *чистотела* в виде настоя, настойки или мази используют наружно при различных дерматитах, волчанке, псориазе и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают час и более в 0,5 л кипятка и в теплом виде применяют наружно в виде орошений, примочек или компрессов на пораженные участки кожи.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, используют, как и настой.

Мазь: 20%-ная на любой жировой основе, используют для втираний на пораженный участок кожи.

26. Листья *шалфея лекарственного* в виде настоя применяют наружно при себорейном дерматите, угревой сыпи и др. заболеваниях кожи.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час и более в стакане кипятка и в теплом виде используют для примочек или компрессов.

27. Цветки или цветущую траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочищающее средство при кожных заболеваниях (дерматиты, золотуха, экзема и др.).

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают час и более в 0,5 л кипятка; профильтровав, добавляют по вкусу мед и пьют по $2/3$ —1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

28. Травы *багульника болотного* — 10 г, травы *дымянки* — 10 г, травы *золототысячника* — 20 г, листьев *копытня европейского* — 10 г, побегов *пслена сладко-горького* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час и более в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $1/2$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях (дерматиты, скрофулез, экземы и многое другое).

29. Листьев *земляники лесной* — 15 г, корня *лопуха боль-*

шого — 15 г, листьев *ореха грецкого* — 5 г, листа *смородины черной* — 10 г, соцветий *тысячелистника* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *череды* — 10 г, цветов *яснотки белой* — 10 г.

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в литре кипятка; профильтровав, добавляют по вкусу мед и пьют (по 30 мл еже часно взрослым, детям по ст. ложке) как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях.

30. Травы *багульника болотного* — 10 г, травы *дымянки* — 10 г, травы *золототысячника* — 20 г, листьев *копытня европейского* — 10 г, побегов *паслена сладко-горького* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды при дерматитах, чешуйчатом лишае, хронической экземе и др. заболеваниях кожи.

31. Грибок между пальцами ног и рук (дерматит или волчий лишай). Для устранения используют такую смесь: чистый *деготь* — 1 часть, *медный купорос* (необходимо пережечь его на огне, пока не образуется бело-серый порошок) — 1 часть, *сера желтая* (порошок) — 1 часть. Смесь тщательно промешивают и кипятят 3—5 минут в дегте. При отсутствии дегтя можно использовать гусиный или др. несоленый жир. Этой мазью смазывают пораженные грибком места на руках и ногах.

32. Дерматиты и другие кожные заболевания, особенно трудно поддающиеся лечению, полностью и достаточно быстро излечиваются с помощью *уринотерапии*, при полной и тщательной очистке организма, и в первую очередь кишечника больного. Рекомендации на этот счет даются ниже.

33. Как правило, препятствует лечению этих и др. более сложных заболеваний зашлакованность всего организма, в первую очередь — кишечника.

В таком случае необходимо начать лечение с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После такой чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, исцеление ускорится.

34. *Уриноотерапия* достаточно быстро очищает и исцеляет весь организм независимо от заболевания при условии соблюдения всех ее правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) — продолжительный массаж (натираание) пораженного участка тела его мочой в течение часа и более 2—3 раза в день. Если количества мочи для натирания тела у больного недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, можно и старую, но подогретую.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, примерно оно составляет 1—2 недели.

После продолжительного лечения голодом переходят на овоще-фруктовую диету или соковую, можно с медом по вкусу, без ограничения, потом на обычную, лучше — вегетарианскую пищу.

✦ **ДИАБЕТ НЕСАХАРНЫЙ** (несахарное мочеизнурение). Заболевание возникает вследствие нарушения деятельности задней доли гипофиза мозга, участвующего в регуляции эндокринных и обменных процессов в организме — поражения его злокачественным новообразованием, сифилитических и туберкулезных поражений. Признаки этого заболевания — похудение, общая слабость, сухость кожного покрова, сильная жажда и частые позывы к мочеиспусканию.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при сердечно-сосудистых заболеваниях, головных болях и головокружениях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают в 2 стаканах кипятка 2 часа и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь, как чай, при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 2 ст. ложки цветков настаивают час и более в литре кипятка. Фильтруют, добавляют мед по вкусу и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

3. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

4. *Гороховая* мука богата глютаминовой кислотой, которая улучшает питание клеток головного мозга, нормализует обмен веществ и лечит атеросклероз.

Принимают порошок по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплым настоем из плодов шиповника или теплой кипяченой водой.

5. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь — при сосудистых и травматических нарушениях головного и спинного мозга.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Корень *коровяка скипетрового* в виде настоя принимают внутрь при жажде, мочеизнурении и как превосходный диуретик.

Настой: 2 ст. ложки корня настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Корень *лопуха большого* в виде настоя или порошка принимают внутрь при опухолях внутренних органов как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови и нарушениях обмена веществ в организме.

Настой: 3—4 ст. ложки корней настаивают ночь в литре кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок принимают по чайной ложке на стакан теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день до еды.

8. *Маточное (пчелиное) молочко* принимают подязычно в малых дозах или в смеси с медом, алкоголем как до-

статочно сильное лечебное средство при спазмах сосудов головного мозга, опухолях его, общей слабости.

Чистое молочко, 20—30 мг (на кончике ст. ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

Смесь: 10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, по 1/4 чайной ложки этой смеси кладут под язык и держат там до полного растворения 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды; или смешивают ее с 1/2 стакана теплого молока и выпивают все 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 1 : 20, принимают по 5—10 капель на 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день до еды.

9. Верхнюю часть шляпки мухомора красного (бело-красный пигмент) в виде настойки принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, множественном склерозе, функциональных нарушениях спинного мозга и др. заболеваниях.

Настойка: 1 часть измельченного пигмента настаивают 5—7 дней в 5 частях спирта или водки и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка ядовита!

10. Веточки с листьями омелы белой в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, увеличивающее диурез с усиленным выделением продуктов азота, при атеросклерозе, протекающем с гипертонией, нарушением деятельности гипофиза и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 30—50 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

11. Прополис в чистом виде или вытяжки из него принимают внутрь как достаточно активное противоопухолевое, кровоочистительное и регенеративное средство. Он и препараты из него показаны при мн. заболеваниях, в том числе и при несахарном диабете.

Принимают чистый прополис по 3—5 г 3—5 раз в день до еды, продолжительно его жуют, потом глотают.

Настойка: 30%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день за час до еды.

12. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости, склерозе мозговых сосудов, бессоннице и многих других заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

13. Корень *родиолы розовой (золотой корень)* в виде настойки принимают внутрь как биостимулятор для истощенного физически организма и при др. недугах.

Настойка: 1 : 1 на 70°-ном спирте, принимают по 5—10 капель 3 раза в день до еды на ст. ложку теплой кипяченой воды.

14. Лист *смородины черной* в виде настоя принимают при общем недомогании, нервном и физическом недомогании как средство, с пользой для здоровья устраняющее жажду.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют без ограничения по необходимости.

15. При всех, в том числе и этом заболевании, когда многие вышеописанные рекомендации больным применялись продолжительное время, а результат лечения оказался малоэффективным, следует использовать *уринотерапию*.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной кипяченой воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (натираание) груди и спины в течение двух и более часов 2 раза в день теплой его мочой. По окончании натирания на грудь до подмышек

ставят теплые компрессы из 3—5 раз сложенной простыни, пропитанной его мочой. Сверху этот компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом теплым одеялом, а по мере высыхания — увлажняют снова, можно и старой, но подогретой мочой.

Если для массажа тела мочи у больного недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, допускается и старая, но подогретая; компрессы ставят только с его собственной мочой.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—3 недели, реже больше.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соки с медом по вкусу без ограничения, потом — на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

✦ **ДИАБЕТ САХАРНЫЙ** — воспалительные, склеротические процессы, кровоизлияния в поджелудочной железе. Иными словами, сахарная болезнь, сахарное эндокринное обменное заболевание, связанное с недостатком инсулина или снижением его действия. В результате нарушаются все виды обмена веществ и в организме со временем обнаруживается комплекс заболеваний.

1. Корень *аралии маньчжурской* в виде настойки принимают внутрь при диабете и как стимулятор центральной нервной системы.

Настойка: 10%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/2 стакана теплого чая или кипятка 2—3 раза в день до еды.

Препараты корня противопоказаны при повышенной возбудимости, бессоннице и гипертонии.

2. *Арбуз обыкновенный* употребляется в пищу как жаропонижающее и сильное мочегонное средство. Рекомендуются больным сахарным диабетом с учетом назначенной нормы углеводов и при малокровии.

3. Траву *астрала пушистоцветкового* в виде насто

принимают внутрь при мн. сердечных заболеваниях, склерозе кровеносных сосудов, венозном полнокровии внутренних органов, отеках.

Настой: 2—3 ст. ложки травы (вместе с бобами) настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Траву *барвинка* в виде настоя принимают внутрь при склерозе, спазмах сосудов головного мозга и сахарном диабете.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Траву *бобов русских* в виде настоя принимают внутрь при сахарном диабете и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Корень *бузины травянистой* в виде настоя принимают при диабете и различных заболеваниях мочевого пузыря.

Настой: 2 чайные ложки корня настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Ягоды, кору и корни *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь при водянке, диабете и заболеваниях мочеполовых органов.

Настой коры: молодую кору бузины черной, 1 ст. ложку, настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка, парят в духовке ночь и пьют по 1/2—1/3 стакана настоя 4—5 раз в день до еды.

Настой листьев и корней бузины черной: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

8. Семена или траву *галеги лекарственной (козлятника)* в виде настоя принимают внутрь при сахарном диабете.

Настой семян: чайную ложку порошка из плодов настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой из травы: ст. ложку ее настаивают час в стакане

кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Ягоды *голубики* в свежем виде и в виде настоя принимают внутрь при диабете.

Настой: ст. ложку сухих плодов настаивают час и более в стакане кипятка и пьют без ограничения, как чай, лучше до еды.

10. Траву (иногда и с корневищем) *горца птичьего* в виде настоя принимают внутрь при нервном истощении как укрепляющее нервную систему средство и заболеваний, связанных с нарушением обмена веществ, при ожирении.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Все растение (траву и корни) *горечавки легочной* (*си-ний зверобой*) в виде настоя принимают внутрь при истощении нервной системы, упадке сил и частых обмороках.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Цветки и листья *гречихи посевной* в виде настоя принимают внутрь при склерозе кровеносных сосудов и авитаминозе витамина Р (рутина).

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают час в литре кипятка. Для лучшего усвоения организмом в настой до заварки добавляют 100—150 г измельченных плодов шиповника и пьют по 2/3—1 стакану настоя 3—5 раз в день до еды.

13. *Капусту огородную* в свежем виде следует включать в диетотерапию как средство, способствующее выведению холестерина из стенок кровеносных сосудов, что важно для профилактики атеросклероза, а тартровая кислота, находящаяся в капусте, способствует восстановлению веществ в организме и профилактике ожирения. Кроме того сок из квашеной капусты рекомендуется принимать при сахарном диабете. Объем приема сока по показаниям и возможностям.

14. Свежие плоды *крыжовника обыкновенного* рекомендуется включать в диетотерапию при нарушении обмена веществ в организме, частых кровоизлияниях внутренних

органов, ожирении (при ожирении больной должен сам собирать и есть эти плоды) и малокровии. Прием плодов по показаниям, без ограничения.

15. Если у вас ослабла поджелудочная железа или неполадки с сахаром в крови, попробуйте в небольшом термосе заварить крутым кипятком (300 мл кипятка) 10—12 листочков измельченного *лаврового листа* и настаивайте в закрытом состоянии сутки. Когда он настоится, за 30 минут до еды выпивайте по 50 мл этого настоя 3—4 раза в день в течение 3 дней, реже — более недели.

Лучше, если имеются 2 термоса по 300 мл, которые придется чередовать (первый выпивается, второй настаивается сутки). Желательно перед началом лечения сделать анализ крови на сахар и в конце лечения тоже, для того чтобы убедиться, насколько этот показатель стал лучше.

16. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя или отвара принимают внутрь при заболеваниях, связанных с нарушением солевого обмена, например, при камнях в поджелудочной железе и многих других заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки корня настаивают ночь в 3 стаканах кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: 2—3 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в 2—3 стаканах теплой воды, после кипятят 10—15 минут, пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды при камнях в поджелудочной железе.

17. Центробежный *мед* при сахарном диабете действует благотворно. Рекомендуется принимать мед натошак по чайной или ст. ложке 3—5 раз в день. Лечение будет ускоренным, если мед добавлять в настои и отвары из средств фитотерапии по вкусу.

18. Траву *мелиссы лекарственной* (*лимонная трава*) в виде настоя, принимают внутрь для укрепления нервной системы при ее истощении, нервных спазмах и сердечных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

19. Цветущую траву *овса посевного* в виде настойки из

зеленой массы принимают внутрь как тонизирующее средство при нервном и физическом истощении.

Настойка: 25%-ная на 40°—70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

20. Молодые (клеякие) листочки *ореха грецкого* в виде настоя или отвара принимают внутрь при сахарном диабете и многих других заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час и более в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: ст. ложку листьев кипятят 10—15 минут в стакане воды, настаивают час и принимают по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день, лучше до еды.

21. Верхушки цветущей травы *полыни горькой* в виде настоя или настойки принимают внутрь как ароматическую горечь для возбуждения аппетита и усиления деятельности пищеварительных органов (желудка, печени и поджелудочной железы).

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

22. Чистый *прополис* при регулярном приеме показан при очень мн. заболеваниях, в том числе и заболеваниях поджелудочной железы.

Принимают прополис по 3—5 г, продолжительно жуя, после глотают, за 1—1,5 часа до и после еды 3—5 раз в день. Дневной рацион прополиса 10—15 г.

23. Корнеплод *родиолы розовой* (*золотой корень*) в виде настойки принимают внутрь при заболеваниях нервной системы — астенических состояниях, повышенной раздражительности, бессоннице, нервном и физическом истощении.

Настой: 1 : 1 на 40°-ном спирте принимают по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды, регулярно в течение месяца.

24. Свежие корни *сельдерея пахучего* в виде свежепри-

готовленного сока из них, а листья в диетотерапии принимают внутрь для лечения и профилактики ожирения.

Сок из корней принимают по 1—2 чайных ложки 3 раза в день до еды.

25. Листья *смородины черной* в виде настоя принимают внутрь продолжительное время при общем недомогании, нервном и физическом истощении.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

26. *Солод* из проросшего зерна регулярно принимают как активный биостимулятор и средство, восстанавливающее обмен веществ в организме.

Приготовление и применение солода: зерно пшеницы, ржи и кукурузы моют, помещают в один слой между двумя слоями льняной или хлопчатобумажной ткани, хорошо промоченной в теплой воде, и оставляют при температуре +22...+24°C. Верхнюю часть периодически увлажняют до появления (прокалывания) ростков. Обычно они появляются через 2 суток. Эти проростки целебны и вкусны, если длина их не более 1 мм. Их быстро высушивают, превращают в муку и добавляют ее в кисели, салаты, соусы и др. блюда. Если порошок из проросшего зерна засыпать в стакан со свежевскипяченным молоком, то получится кисель или каша, которые принимают без ограничения, особенно приятны они с медом по вкусу.

В алюминиевой посуде солод готовить нельзя!

27. Корневища с корнями *спаржи обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при сахарном диабете, мочекаменных и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды или за день глотками.

28. Нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настоя принимают внутрь с произвольным настоем из плодов шиповника при склеротическом повреждении стенок сосудов, сахарном диабете и др. заболеваниях.

Порошок принимают по 0,2—0,5 г, запивая теплым настоем из плодов шиповника, 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на ст. ложку настоя из плодов шиповника.

29. Корнеплод *топинамбура* (*земляной груши*) в виде настоя или отвара принимают внутрь при сахарном диабете, гипертонии, головной боли и др. заболеваниях.

Настой или отвар: 3 ст. ложки корнеплодов настаивают 2 часа в литре кипятка или варят 10—15 минут (отвар), настаивают час и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

30. Плоды (ягоды, лучше черного цвета) *тутовника обыкновенного* (*шелковицы*) в виде свежих плодов или сока из них принимают внутрь без ограничения при сахарном диабете, сердечных заболеваниях и ожирении.

31. Почки, кору корней *тутовника обыкновенного* (*шелковицы*) в виде порошка или настоя принимают внутрь при сахарном диабете, сердечных и др. заболеваниях, ожирении.

Порошок из сырья используют для посылки пищи или принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают все за день глотками.

32. Шелуху (стручки) *фасоли обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь как средство, снижающее содержание сахара в крови и увеличивающее мочеотделение, что делает это растение перспективным при сахарном диабете.

Отвар: 2—3 ст. ложки шелухи кипятят час в 0,5 л кипятка, настаивают 1—2 часа и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

33. Корень *цикория дикого* в виде настоя или отвара принимают внутрь как важнейший природный инсулинотроп для больных сахарным диабетом.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Свежеприготовленный сок принимают по ст. ложке 3—4 раза в день до еды.

34. Плоды *шиповника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при различных заболеваниях, сопровож

дающихся кровоточивостью (геморрагические диатезы) стенок сосудов, при истощении организма и инфекционных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки измельченных плодов шиповника настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка, иногда в настой кладут чайную ложку порошка из плодов софоры японской и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

35. Травы *галеги лекарственной*, стручков *фасоли*, листьев *черники*, корня *одуванчика*, листьев *крапивы двудомной* — поровну.

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды при сахарном диабете и др. заболеваниях.

36. Листьев *толокнянки*, листьев *черники*, травы *галеги*, корня *валерианы* — поровну.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 35.

37. Листа *березы* — 10 г, листа *брусники* — 40 г, травы *галеги* — 40 г, коры *крушины ломкой* — 10 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 35.

38. Травы *манжетки* — 10 г, плодов *можжевельника* — 20 г, семени *льна посевного* — 20 г, листьев *черники* — 40 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора кипятят 10—15 минут в 0,5 л кипятка, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при сахарном диабете.

39. Травы *галеги*, листьев *мяты перечной*, стручков *фасоли*, листьев *черники* — поровну.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 35.

40. Листа *березы* — 30 г, травы *зверобоя* — 20 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г.

Отвар: 3 ст. ложки сбора кипятят 5 минут в 3 стаканах воды, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды при сахарном диабете и др. заболеваниях.

41. Семян льна посевного, стручков фасоли, листьев черники, овсяной соломы (измельченной на сечку) — поровну.

Отвар: 3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 3 стаканах воды, кипятят 10 минут, настаивают час и принимают по 50 мл отвара через каждые 1—2 часа, лучше до еды, при сахарном диабете, катаре мочевого пузыря и запорах.

42. Корня лопуха, стручков фасоли, листьев черники — поровну.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 40.

43. Корня одуванчика, листьев крапивы двудомной, листьев черники — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при сахарном диабете и др. заболеваниях.

44. Листьев березы — 20 г, листьев брусники — 10 г, коры крушины — 10 г, корня лопуха — 10 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 43.

45. Семян льна посевного, соломы овса культурного (протертой через сечку), листьев толокнянки, стручков фасоли — поровну.

Отвар: ст. ложку сбора кипятят 10 минут в стакане кипятка, доливают кипятком до первоначального объема, настаивают 2 часа и выпивают все за день глотками при сахарном диабете.

46. Свежеприготовленного сока из лука — 1 часть, меда центробежного — 1 часть.

Сок лука смешивают в водяной бане с медом, тщательно промешивают до полного остывания меда и принимают продолжительное время по 1—2 чайных ложки 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе и диабете.

47. Листа лавра благородного — 10 г, стручков фасоли — 20 г, корня цикория дикого — 20 г, листьев черники — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды при сахарном диабете и др. заболеваниях.

48. Листьев *брусники* — 10 г, плодов или травы *галеги* — 15 г, листьев *крапивы двудомной* — 15 г, листьев *лавра благородного* — 15 г, корня *лопуха большого* — 20 г, корня *цикория дикого* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при сахарном диабете и др. заболеваниях.

49. Плодов или травы *галеги* — 10 г, листьев *мелиссы* — 10 г, листьев *смородины черной* — 10 г, корнеплодов *топинамбура* — 20 г, корня *цикория* — 40 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 48.

50. Листьев *мелиссы* — 10 г, листьев *смородины черной* — 10 г, корнеклубней *топинамбура* — 40 г, корня *цикория* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как чай, без строгой дозировки, при сахарном диабете.

51. При сахарном диабете и др. заболеваниях, когда многие рекомендации неприемлемы, больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи, а при необходимости и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают продолжительный массаж (натирание) всего тела в течение двух и более часов два раза в день теплой мочой его от шеи до пальцев ног. После продолжительного массажа на грудь до подмышек ставят теплые компрессы из 4—5 раз сложенной простыни, пропитанной его мочой. Сверху этот компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, укутав после теплым одеялом. По мере высыхания этот компресс снова увлажняют свежей или старой, но подогретой мочой больного.

Если для массажа тела мочи у него недостаточно, ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но компрессы ставятся только с мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания — примерно 2—3 недели.

Такая терапия достаточно быстро исцеляет организм от многих заболеваний, даже в скрытой форме, о которых пациент и не подозревал.

После продолжительного лечения голодом его переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой, потом — на обычную, лучше — вегетарианскую пищу.

❖ **ДИАТЕЗЫ ГЕМОРРАГИЧЕСКИЕ** — группа заболеваний, при которых имеет место нарушение механизма свертывания крови и повышенная кровоточивость. Нарушение сложного процесса свертывания крови приводит к развитию тех или иных форм диатезов. Например, при нарушении процесса выработки тромбоцитов и поражении капилляров развивается тромбопеническая пурпура (множественные кровоизлияния во внутренних органах, в слизистых оболочках и на коже). Диатезы подразделяются на три группы, профилактику и лечение которых см. ниже.

1-я группа:

1. Листья, кору молодых ветвей или корня *барбариса обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сильных кровотечениях во внутренних органах, заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке теплого настоя через каждые 1—2 часа.

Настойка: 30—50%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают внутрь по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

2. Корневища *горца змеиного (раковые шейки)* в виде настоя, отвара или порошка принимают внутрь при внутренних кровотечениях (желудочно-кишечных, легочных и др.), поносах и дизентерии.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2 часа в ста-

кане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: 2 ст. ложки корневищ кипятят 20 минут в 2 стаканах воды и выпивают за день глотками.

Порошок из корневищ принимают по 0,5—1 г 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой, при кровотечениях и расстройстве желудочно-кишечного тракта.

3. Цветки (иногда с листьями) *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более эффективное кровоостанавливающее средство при внутренних кровотечениях (желудочно-кишечные, легочные, геморроидальные, маточные и др.), а также как успокаивающее нервную систему средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают час и более в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте, принимают по чайной ложке на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

4. Молодые побеги или зеленые листья *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь как поливитаминное средство при гиповитаминозах А, В₂, В₃, К, С и мн. др., а также как кровоостанавливающее при внутренних кровотечениях (желудочно-кишечных, легочных, почечных, геморроидальных и мн. др.) и средство, увеличивающее процент гемоглобина и количество эритроцитов в крови.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Веточки с листьями *омелы белой* в виде настоя, настойки или порошка принимают внутрь при кровотечениях во внутренних органах (желудочно-кишечных, легочных, геморроидальных и др.), сердечных, головных и др. болях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают ночь в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принима-

ют по 30—50 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Порошок из листьев принимают по 0,5—2 г, запивая теплой кипяченой водой, 3—4 раза в день до еды.

6. Соцветия и листья *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя, настойки или чая принимают внутрь как эффективное кровоостанавливающее средство при внутренних и наружных кровотечениях (желудочно-кишечных, легочных, почечных, геморроидальных и др., в том числе и при наружных повреждениях).

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 1—2 чайных ложки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

7. Венчики цветков (реже с листьями) *яснотки белой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при внутренних кровотечениях (желудочно-кишечных, легочных, геморроидальных, почечных и др.).

Настой: 3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25—30%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 1 чайной или ст. ложке на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день, лучше до еды.

8. Филлохинон (витамин К), необходимый при подобных заболеваниях, содержится в капусте, крапиве, люцерне, томате и др. растениях, принимают их, как указано выше.

2-я группа:

9. Плоды *аронии* (рябины черноплодной) в свежем виде или сок из них принимают внутрь при внутренних кровотечениях различного происхождения и как средство, повышающее устойчивость капилляров при диатезах.

Рекомендуется в течение 2—3 недель съедать за 2—3 приема 250—300 г свежих ягод вместе с черной смородиной, запивая настоями из плодов шиповника.

10. Траву *барвинка малого* в виде настоя принимают

внутри при различных заболеваниях крови и сосудов, кровотечениях во внутренних органах, спазмах сосудов головного мозга и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 3—4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Все цветущее растение (с корневищем) *земляники лесной* в виде настоя или отвара принимают внутрь при малокровии, белокровии и заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в литре кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды или как чай — без строгой дозировки.

Отвар: 1—2 ст. ложки сырья кипятят 5—10 минут в 0,5 л кипятка, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

12. Соцветия *клевера лугового (красного)* в виде настоя принимают внутрь при упадке сил, анемии и малокровии.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

13. *Мед* является одним из лучших средств против анемии различных степеней, что подтверждается результатами исследований крови: кровь изменяется в лучшую сторону — вид, вес и состав крови.

При лечении анемий темным медом достигаются наилучшие результаты. Едят мед по 100—150 г в день, разделив на 3 порции.

14. Корнеплод *моркови культурной* в свежем, вареном или в виде свежеприготовленного сока рекомендуется принимать при малокровии и общем упадке сил.

Свежеприготовленный сок по 100—200 мл принимают до еды 2—3 раза в день.

15. Многочисленные опыты показывают, что чистый *прополис* оказывает положительное действие на баланс гормонов. Отмечается улучшение состояния больных белокровием, т. к. прополис стимулирует образование крас-

ных шариков. Он и его препараты принимают при любых анемиях и лейкомии.

Принимают его в чистом виде по 3—5 г, продолжительно жуя, потом глотают, 3—5 раз в день до или после еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, чайную ложку настойки смешивают с 1/2 стакана теплого молока и принимают 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

15—20%-ное прополисное масло: 1 кг сливочного (не-соленого) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 150—200 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре +80° и до полного остывания. Масло готово. Принимают его по чайной ложке в 1/2 стакана теплого молока 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

16. Корнеплод *свеклы красной* в виде свежеприготовленного сока или в смеси с соками др. растений, иногда в вареном виде, принимают внутрь при анемии, малокровии и др. заболеваниях.

Свежеприготовленный сок (иногда с медом по вкусу) принимают по 1/2 стакана 3—5 раз в день до еды.

17. Листья *смородины черной* в виде настоя или чая принимают внутрь при общем недомогании, мышечной слабости, малокровии и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 2—3 часа в 3 стаканах кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

18. Сока *свеклы красной* — 25%, сока *моркови культурной* — 75%.

Свежеприготовленные соки напаривают в духовке 3—4 часа, чтобы выпарить максимум влаги, принимают по 1—2 ст. ложки смеси 3—4 раза в день до еды как радикальное средство при малокровии.

19. Сока *красной свеклы* — 50%, сока *редьки черной (культурной)* — 50%.

Готовят и принимают, как в № 18, регулярно в течение двух—трех месяцев как радикальное средство при малокровии.

3-я группа:

20. Сок листьев *алоэ древовидного* (лучше сироп с железом из сока листьев) принимают внутрь при мн. заболеваниях, особенно при заболеваниях, истощающих организм, в том числе и при железодефицитной анемии.

Приготовление и применение сиропа — см. раздел «Анемия», № 3.

21. Плоды или свежеприготовленный сок из *аронии (черноплодной рябины)* принимают внутрь как средство, повышающее устойчивость капилляров при диатезах, кровотечениях различного происхождения и др. заболеваниях.

Рекомендуется в течение 3—2 недель съедать за 2—3 приема 250—300 г плодов или выпивать сок из них с ягодами черной смородины и запивать настоем из плодов шиповника.

Противопоказаны препараты аронии при повышенной свертываемости крови.

22. Траву (вместе с бобами) *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь как источник железа при венозном полнокровии внутренних органов, хронической сердечной недостаточности и сосудистых заболеваниях почек.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

23. *Баклажаны* имеют значение в лечебном питании как средство, снижающее содержание холестерина в крови, в стенках сосудов, в печени и почках. Они способствуют выведению из организма с мочой солей мочевой кислоты. Принимают баклажаны в любом виде без ограничения.

24. Цветки и листья *гречихи посевной* в виде чая без ограничения принимают внутрь при авитаминозе Р (рутина), склерозе кровеносных сосудов, для лечения и профилактики кровоизлияния в мозг, сетчатку глаз, сердце, при склонности к кровоизлияниям в кожу и слизистые оболочки (геморрагические диатезы).

Настой-чай: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка, добавляют ст. ложку измельченных плодов шиповника, настаивают еще час и пьют (можно с

медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

25. Кору молодых ветвей *каштана конского* в виде настоя или настойки принимают внутрь для предупреждения тромбообразования при варикозном расширении вен при тромбофлебитах.

Настой: 1—2 ст. ложки коры настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 30—40 г коры настаивают 7—10 дней в 0,5 л водки и принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

26. Листья *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь при авитаминозе многих витаминов, анемии, малокровии и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают час и более в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

27. Околоплодники и молодые (клеякие) листочки *ореха грецкого* в виде настоя принимают внутрь при нарушении обменных процессов в организме, рахите, экссудативном диатезе и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев или измельченных околоплодников настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

28. Нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь с настоем шиповника для лечения и профилактики кровоизлияний, особенно в головном мозгу, при склеротическом повреждении стенок сосудов и капиллярных кровоизлияниях токсического происхождения (отравлений мышьяковистыми соединениями, силицилатами и др.).

Порошок из бутонов принимают по 0,2—0,5 г, запивая теплым настоем из плодов шиповника, 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—5 раз в день до еды.

29. Плоды *софоры японской* в виде настоя или порошка принимают внутрь при склеротическом повреждении стенок сосудов во всем организме, для лечения и профилактики их и при мн. др. заболеваниях.

Настой: 1—2 чайные ложки порошка из плодов настаивают час в стакане кипятка, кладут в настой 5—10 измельченных плодов шиповника, настаивают еще час и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{2}{3}$ —1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды.

30. Плоды *тутового дерева (шелковицы)*, лучше черного цвета, в любом виде (свежие плоды, соки из них или варенье) рекомендуется принимать без ограничения при анемии, особенно железодефицитной, наступающей после кровопотерь, вялости кроветворных органов, и при др. заболеваниях.

Диета на время лечения подобных заболеваний должна быть мягкой, высококалорийной и вегетарианской.

31. Плоды *шиповника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при авитаминозе С, при лечении заболеваний, сопровождающихся кровоточивостью (геморрагические диатезы), малокровии и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных плодов смешивают с 1—2 чайными ложками порошка из плодов софоры японской, настаивают с 3—4 стаканами кипятка в течение часа и более и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя (детям по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана) 3—5 раз в день до еды.

✚ ДИАТЕЗЫ ДЕТСКИЕ

1. В произвольном по концентрации настое из травы *аистника цикутного* купают детей при диатезах.

2. Плоды *винограда культурного* или сок из них рекомендуется принимать лицам, склонным к мочекислоту диатезу. Сок из него способствует выведению из организма мочевой кислоты и препятствует образованию песка и камней в нем.

3. Листья *винограда культурного*, собранные до цветения растения, в виде настоя принимают внутрь при нарушении баланса в организме щавелевой кислоты.

Настой заваривают произвольно по концентрации, как чай, и пьют (можно с медом по вкусу) без ограничения.

4. Цветки *икотника серого (серо-зеленого)* в виде настоя принимают внутрь как эффективное средство при детских поносах.

Настой: ст. ложку цветков настаивают час в стакане кипятка и пьют детей (можно с медом по вкусу) по ст. ложке настоя через каждые 2 часа.

5. Соцветия *календулы* в виде теплого настоя используют для полоскания рта при воспалительных процессах в нем при воспалении десен, язвах слизистой оболочки, молочнице у детей и альвеолярной пиоре.

Настой: 1—2 ст. ложки соцветий настаивают час и более в стакане кипятка и полощут рот с максимальной задержкой настоя в нем.

6. Плоды *конопли посевной* в виде настоя принимают внутрь дети при задержке мочи как мочегонное средство.

Настой или конопляное «молоко»: семена растирают в эмалированной посуде либо толкут, потом смешивают с кипятком и настаивают час, получается белая, похожая на молоко жидкость, иногда добавляют по вкусу мед и пьют детей без ограничения.

7. Корнем *копытня европейского (рвотного корня)* или *копытня Зибольда* в виде отвара в молоке пьют детей при сердечных заболеваниях как средство, успокаивающее боль, особенно полезен этот отвар слабым детям и при частых судорогах.

Отвар: 1/2 чайной ложки корня варят 20 минут в стакане молока и пьют детей по 1/2—1 чайной ложке отвара 1 раз в день.

Строгая дозировка!

8. *Латук посевной (салат огородный)* в виде сока принимают внутрь, а масло из него используют наружно при тяжелом воспалении легких и кори у детей.

Свежеприготовленный сок смешивают 1 : 1 с медом и пьют детей по 1—2 чайных ложки смеси 3—4 раза в день, лучше до еды.

Масло: свежеперетертое растение смешивают 1 : 1 путем прогрева с прованским или подсолнечным маслом и используют эту смесь для растирания.

9. Траву *марьянника дубравного* в виде настоя используют для ванн, купают детей при диатезах, туберкулезе кожи, экземах и др. заболеваниях.

Настой: 3—5 ст. ложек травы настаивают 2 часа в 2 л кипятка, снова подогревают и используют наружно.

10. Мед и его смеси в детском питании действуют благотворно. К примеру: на 200—250 мл детской питательной смеси добавляют 1—2 чайные ложки меда. Если ребенок крепит (крутой стул), количество меда рекомендуется увеличить на 1/2 чайной ложки; при слабом стуле количество меда снижают.

Младенцы (груднички), получающие мед, редко страдают от болей в животе (газов), поскольку быстрая абсорбция меда предотвращает ферментацию.

11. Солому *овса посевного* в виде произвольного по концентрации отвара используют для ванн при диатезе, золотухе и рахите у детей.

Мелкоизмельченную солому (в виде половы) кипятят 30 минут, настаивают час, снова подогревают и используют для ванн или компрессов.

12. Листья и околоплодники *ореха грецкого* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при эксудативном диатезе, рахите и поносах у детей.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и поят детей (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день до еды.

Настой для ванн: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 л кипятка, подогревают и используют для ванн или компрессов.

13. Траву или все растение *очанки прямостоячей (глазная трава)* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при детских простудах, конъюнктивитах, туберкулезе кожи, экземах и др. заболеваниях.

Настой: чайную ложку сырья настаивают час в стакане кипятка, поят детей (можно с медом по вкусу), по 1—2 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды. Настой для наружного применения: 3—5 ст. ложек наста-

меняют 1—2 часа в 2 л кипятка, снова подогревают и при-
меняют для компрессов или ванн.

14. Прополис в виде 30%-ной настойки на 96°—70°-ном спирте используют в смеси с медом и теплой кипяченой водой в одинаковой пропорции для смазывания слизистой рта ребенка любого возраста при монолиазе.

За 30—40 минут до кормления ребенка грудью ему смазывают всю слизистую рта (щеки, языка, нёба и, если возможно, под язычком) этой теплой смесью 3—4 раза в день в течение 4—5 дней. Ребенок вскоре успокаивается, охотно кушает и спокойно спит.

30%-ную прополисную мазь используют наружно для лечения интертриго (так же часто встречающегося у детей, как и монолиаз), смазывая ею пораженные участки кожи в области ягодичных мышц, бедер и др. мест 2—3 раза в день. Улучшение состояния здоровья обычно наблюдается на 3—6-й день лечения.

Приготовление прополисной мази: 250 г сливочного масла (несоленого) в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 75 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре +80°С и до полного остывания. Мазь готова.

15. При любых (неважно название, степень, стадия и пр.) заболеваниях детей от года и старше, когда вышеизложенные рекомендации для родителей неприемлемы и они желают иметь более простую и результативную по времени и качеству, — рекомендуем *уринотерапию*, достаточно быстро очищающую и исцеляющую весь организм.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по $1/4$ — $1/3$ — $1/2$ или $2/3$ стакана (в зависимости от возраста ребенка) 3—5 раз в день его мочи и теплую (для малых детей — слегка подслащенную медом кипяченую воду).

Наружно (обязательное условие этой терапии) необходимо в теплой комнате делать массаж (продолжительно растирание) в течение часа и более 2—3 раза в день всего тела, от шеи до пальцев ног, теплой мочой ребенка.

После массажа на больное место (при заболеваниях дыхательных путей — на грудь и спину, при болях в животе — на живот, при кожных заболеваниях — на пораженную поверхность кожи и т. д.) ставят из сложенного в 5 слоев льняного или хлопчатобумажного полотна, хорошо пропитанного теплой его мочой, компресс. Сверху накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, после укутывают теплым одеялом или чем иным. По мере высыхания эти компрессы постоянно увлажняют свежей или старой, но подогретой мочой ребенка.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, примерно 3—10, реже — больше дней.

В случае, если полное голодание ребенку противопоказано, его допускается кормить один раз в день по овоще-фруктовой диете с минимальной термообработкой или соками в небольших количествах с обязательным приемом мочи внутрь, массажем и компрессами, но следует помнить, что даже однократное питание немного удлиняет время выздоровления.

❖ **ДИЗЕНТЕРИЯ БАКТЕРИАЛЬНАЯ** — инфекционное заболевание, характеризующееся поражением толстой кишки и интоксикацией организма (слабость, недомогание, головная боль, повышение температуры, тошнота, иногда рвота). Источником инфекции служит человек.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при кровавых поносах как желудочное и сердечное средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

2. Кору корня, корни, иногда и листья *бархата амурского* в виде настоя принимают внутрь при дизентерии, тифе и др. инфекционных заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3 ст. ложки теплого настоя 3—

5 раз в день до еды. При хорошей переносимости этого препарата дозу несколько увеличивают.

3. Траву или корневища *борщеви́ка рассече́нного* в виде настоя принимают внутрь как спазмолитическое средство при катарах желудка и кишечника, нарушениях пищеварения.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают (травы — 2 часа, корневищ — 8 часов) в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по $1/3$ — $1/2$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Свежие, сваренные с сахаром или моченые ягоды *брусники* принимают внутрь без ограничения как хорошее противопоносное и мочегонное средство.

5. Корневища *герани кроваво-красной* и *герани обыкновенной* (которая встречается повсеместно) в виде настоя принимают внутрь при поносах, дизентерии и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 чайные ложки корневищ настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по $1/3$ — $1/2$ стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Корневища с корнями *горца змеиного* в виде настоя или порошка принимают внутрь при поносах, даже кровавых, дизентерии и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по $1/2$ стакана теплого (можно с медом по вкусу) настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок из корневищ смешивают 1 : 1 с медом и принимают по 0,5—1 г 4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

7. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при дизентерии, кишечных кровотечениях, поносах и энтероколитах.

Настой: чайную ложку коры настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 2 часа при дизентерии.

8. Все растение в стадии цветения *дубровника пурпурного* в виде настоя принимают внутрь как вяжущее средство при поносах и дизентерии.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стака

не кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 4—5 раз в день до еды.

9. Семена и корни *дурнишника обыкновенного* в виде настоя или отвара принимают внутрь при дизентерии и кровавых поносах.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Плоды (ягоды) *ежевика сизой* в свежем виде принимают внутрь, а из листьев ее готовят настой и пьют его при поносе и дизентерии.

Детям дают ягоды без ограничения, иногда готовят сироп из них.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 4 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Семена (плодики) *исфагула (подорожника яйцевидного)* в виде настоя-слизи принимают внутрь при бициллярной и амебной дизентерии.

Настой: ст. ложку семян настаивают 5—7 минут в стакане кипятка (до образования сметанообразной массы). Принимают по 1/2 стакана слизи (не фильтруя) с семенами 3—4 раза в день до еды.

12. Корень *кормека Гмелина* в виде порошка или настоя принимают внутрь при поносах любого происхождения.

Настой: 2 чайные ложки порошка из корня настаивают час в стакане кипятка и пьют, размешивая, по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке (вкус его как хлебных сухарей) 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

13. Плоды *кизила мужского* в виде настоя принимают внутрь при поносах и желудочно-кишечных кровоизлияниях.

Настой: 5—10 г сухих плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Все растение или листья *лапчатки гусиной (гусиная*

лапка) в виде настоя или порошка принимают внутрь при дизентерии.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошком из листьев посыпают бутерброд или яичницу и едят при дизентерии.

15. При хронической дизентерии рекомендуется съедать по 100 г зеленого лука в день, лучше натощак.

16. Одно из доступных и радикальных средств от дизентерии и поноса — слабый раствор марганцовокислого калия (марганца). Ввиду крайней минимальности дозу трудно определить по весу, но приблизительно — 2—3 кристаллика на 0,5 л теплой кипяченой воды. Можно дать указание по цвету раствора: бледно-розовый — для грудных детей, крепко-розовый (но не фиолетовый) — для взрослых.

Доза: взрослым — 1 стакан на прием, детям — соответственно меньше. Принимать утром до еды и вечером перед сном. Одного или двух приемов зачастую бывает достаточно, чтобы вылечить болезнь. Наряду с приемом внутрь рекомендуется делать и клизму из того же теплого раствора (особенно детям).

Примечание: при приеме этого средства необходимо соблюдать осторожность, чтобы на дне стакана не остались нерастворенные кристаллики марганцовокислого калия, которые могут обжечь рот и, еще хуже, пищевод. Лучше делать раствор в одной посуде, а затем переливать в стакан, не сливая до самого дна.

17. Мед следует назначать больным дизентерией, т. к. он обладает противомикробным действием, главным образом по отношению к патогенной кишечной микрофлоре. Результаты лечения будут намного ускорены, если к противодизентерийным средствам и средствам фитотерапии назначать мед по 30—100 г в день, разделив его на 3 порции, лучше до еды.

18. Семена и свежие листья подорожника ланцетного в виде настоя принимают внутрь при дезинтерии, кровавых и хронических поносах.

Настой семян: ст. ложку измельченных семян настаивают 20—30 минут в 1/2 стакана кипятка, принимают все с семенами (не фильтруя) 2—3 раза в день до еды.

Настой листьев: ст. ложку их настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. *Прополис* в чистом виде, принимаемый внутрь, обладает сильным антибактериальным действием. Его назначают в случаях заразных заболеваний, таких, как грипп, дизентерия, дифтерия и др. В таких случаях он является отличной прибавкой к ежедневной пище.

Принимают его по 3—5 г за 1—1,5 часа до еды 3—5 раз в день, продолжительно жуя, потом глотают.

20. Листья (реже молодые ветки или кору) *сумаха дубильного* в виде настоя принимают внутрь при отравлении недоброкачественной пищей, дизентерии, поносах, иногда с кровью, кишечных заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (иногда с медом по вкусу) по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Траву (соцветия и листья) *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как достаточно эффективное кровоостанавливающее средство при желудочно-кишечных заболеваниях, поносах и кишечных коликах.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

22. Цветущую надземную часть *курильского чая кустарникового* в виде настоя принимают внутрь как противомикробное и вяжущее средство при дизентерии и поносе, даже с кровью.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

23. Плоды *черешни обыкновенной* в виде настойки принимают внутрь при дизентерии и поносе.

Настойка: 100 г свежих (без косточек) плодов настаивают 6 дней в 0,5 л водки и принимают по 1/3—1/2 стакана настойки 2—3 раза в день до еды. Детям следует подбирать др. рекомендацию (средство).

24. *Зубок чеснока посевного* очищают от шелухи и вводят максимально глубоко в прямую кишку так, чтобы он там остался; выскочивший зубок быстро заменяют свежим. При простом поносе эту процедуру делают 2—3 раза, а при дизентерии, да еще кровавой, — до 10—15 раз. Через 2—3 часа после этих процедур можно кушать все, желательно с чесноком.

25. Кору корней или молодых ветвей *шиповника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при поносе, дизентерии и как средство, улучшающее моторную функцию желудочно-кишечного тракта, устраняющее боли.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 3—4 часа (или ночь) в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

26. Листьев (травы) *багульника болотного*, корня *алтея лекарственного* — поровну.

Настой: 5 чайных ложек настаивают час в 0,5 л кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 2 часа при дизентерии.

27. Листьев *ежевика сизой*, листьев *крапивы жгучей* — поровну.

Настой: 3—4 чайные ложки сбора настаивают 2 часа в горячей духовке и в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день или выпивают все за день глотками при дизентерии.

28. Корневищ *горца змеино*го, корневищ *кровохлебки лекарственной* — поровну.

Настой: 2 чайные ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают в теплом виде за день глотками, лучше до еды, как вяжущее при поносах.

29. Корня *щавеля конского*, корневищ *горца змеино*го — поровну.

Настой: 2 чайные ложки сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при поносах.

30. Листьев *ежевика сизой* — 20 г, соцветий *календулы* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают в теплом виде за день глотками, лучше до еды, как вяжущее при поносах.

31. Корневищ (иногда с травой) *земляники лесной* — 8 г, коры *ивы*, *вербы* — 10 г.

Отвар: 4—5 ст. ложек сбора кипятят 10 минут в литре воды, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды при всех катарах («несварении») желудочно-кишечного тракта, при дизентерии. Выпивают 0,5 л такого отвара в течение дня глотками.

32. Плодов *черники обыкновенной* — 30 г, корневищ *лапчатки прямостоячей* — 20 г, травы *водяного перца* — 20 г, травы *горца почечуйного* — 20 г, плодов *черемухи* — 30 г, корневищ *кровохлебки* — 20 г.

Отвар: 2 чайные ложки сбора кипятят 10 минут в 2 стаканах воды, настаивают и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день, лучше до еды, при дизентерии и поносах.

33. Соцветий *бессмертника* — 20 г, листа *шалфея лекарственного* — 50 г, плодов *тмина* — 10 г, корневищ *лапчатки* — 20 г.

Настой: 2 чайные ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и в теплом виде выпивают за день глотками, лучше до еды, или по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как вяжущее при поносах.

34. Пленку *куриного желудка* в сухом и истолченном виде (в порошок) принимают внутрь при очень сильном поносе у взрослых.

Для этого необходимо тщательно отделить кожицу куриного желудка, вымыть ее и хорошо высушить в духовке или на солнце. В сухом виде ее превращают в порошок и принимают по 1/2 чайной ложки этого порошка 1 или 2 раза всего, запивая теплой кипяченой водой.

35. При дизентерии и поносах любого происхождения, когда многие вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы и он ищет более доступную и результативную, назовем *уринотерапию*, достаточно быстро

очищающую и исцеляющую весь организм независимо от названия, источника заражения и запущенности заболевания, при условии соблюдения всех ее правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь (только для взрослого) по $2/3$ —1 стакану 3—5 раз в день собственной мочи, а при необходимости и отстоянной воды. Лечение будет ускоренным, если в процессе голодания ставить больному 2—3 раза в день клизму из 50% его мочи и такого же количества теплой кипяченой воды, добиваясь, чтобы в кишечник входило и выходило 1,5—2 л жидкости.

Время такой голодной терапии зависит от тяжести заболевания, и ее проводят до полного исцеления 1—1,5 недели.

36. При запущенной форме дизентерии больному необходимы инъекции собственной стерилизованной мочи по 2—3 мл (детям, соответственно возрасту, — по 0,3—0,5—1,0 мл) 5—6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции усилят действие др. препаратов и ускорят выздоровление.

✦ **ДИФТЕРИЯ** — инфекционное заболевание, характеризующееся воспалением слизистых оболочек зева, гортани и поражением различных органов. Возбудитель — дифтерийная бактерия, которая образует сильный экзотоксин. Резервуаром и источником заражения является человек, больной дифтерией, или «здоровый» носитель дифтерийной палочки, передающий бактерию воздушно-капельным путем или предметами обихода, иногда даже при посредстве третьих лиц.

Болезнь поражает людей всех возрастов, но чаще болеют дети от 2 до 10 лет. Для устранения данного недуга могут быть использованы рекомендации из разделов «Венерические заболевания», «Дизентерия бактериальная».

1. При этом заболевании обслуживающий больных персонал во избежание заражения дифтерией должен носить плотно закрывающую органы дыхания (нос и рот) защит-

ную маску, состоящую из 2—3 слоев марли или 1—2 слоев чистого льняного полотна.

Если такая маска рассчитана на многоразовое использование, к следующему дню (удобнее на ночь) ее следует прокипятить в течение 10—15 минут, выстирать, высушить и прогладить.

Не лишним будет после стирки продезинфицировать эту маску настоем (произвольной концентрации) из корневика *аира болотного*, молодой коры *ивы* (любых видов), настоем или настойкой из почек *осины обыкновенной* или *тополя черного*, высушить или использовать влажной. Такая дезинфекция маски намного усилит ее бактерицидные свойства и предохранит от заражения.

2. Чистый (очищенный) *прополис* и его препараты обладают достаточно сильным антибактериальным действием и в случае заразных болезней, как дифтерия, являются отличной прибавкой к ежедневной пище.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, потом глотают, 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

30%-ную настойку из него на 70°-ном спирте принимают по 40—50 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день за час до еды.

3. Траву *росянки длиннолистной (английской)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при дифтерии, чуме, головной боли и др. недугах.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

4. Почки *тополя пирамидального (осокоя)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при вирусных и инфекционных заболеваниях, таких, как венерические, дизентерия, дифтерия, тиф. Сильнейший антибиотик.

Настой: 1—2 ст. ложки измельченных почек настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная или 50%-ная на 70°-ном спирте,

принимают по 20—30 капель на 1/2 стакана теплого чая или кипятка 3—5 раз в день до еды.

5. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при инфекционных и вирусных заболеваниях крови.

Настой: 4—5 ст. ложек травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды для взрослого, детям, соответственно возрасту, — меньше.

6. Луковицы *чеснока посевного* в виде сока из них, смеси сока с медом или настойки принимают внутрь и используют эти препараты в виде ингаляции для профилактики и лечения дифтерии.

Применение: зубок чеснока надкусывают и держат продолжительное время во рту, посасывая сок из него, с последующим многократным повторением. Цель — сок и эфирные испарения его обволакивают слизистую рта и верхних дыхательных путей и этим лечат заболевание.

Смесь: ст. ложку свежеприготовленного сока в водяной бане смешивают с 5 ложками разогретого меда, хорошо промешивают до полного остывания смеси; принимают дети по 1/2—1 чайной ложке (в зависимости от возраста) и более, задерживая во рту, потом глотая, 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки 1/3 стакана теплого молока или кипятка 2—5 раз в день до еды.

Ингаляцию в домашних условиях делают из 30%-ного раствора этих препаратов в воде; подобная рекомендация дана в разделе «Ангина», № 17, 23.

7. При дифтерии, если в моче у больного нет никаких признаков загрязненности (много гноя, коричневый или черный цвет), его переводят на полное голодание с приемом внутрь только (в зависимости от возраста) по 1/2—2/3 или полному стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, но оно достаточно коротко, примерно 3—7 дней, и непременно с прекрасным результатом.



❖ ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА

1. Сок *арбуза культурного* принимают без ограничения как жаропонижающее и сильное мочегонное средство.

2. Цветы *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее средство, особенно при заболеваниях простудного происхождения, кашле, коклюше.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды, или без ограничения, как чай.

3. Корень *василистника желтого* в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее, противовоспалительное и антисептическое средство при малярии, желтухе и желудочно-кишечных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корня настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день.

4. Все цветущее растение *земляники лесной* в виде отвара принимают внутрь как жаропонижающее средство при простудных заболеваниях, кашле, туберкулезе легких и др.

Отвар: 2 ст. ложки сырья кипятят 10—15 минут в литре кипятка, настаивают час и пьют (с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз до еды.

5. Кору *ивы* (любой вид) в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее средство при лихорадочном состоянии (вместо хинина), воспалении и туберкулезе легких, малярии и остром ревматизме.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки теплого настоя

(можно с медом по вкусу) через каждые 2 часа или 3—5 раз в день до еды.

6. Цветки *липы сердцевидной* в виде теплого настоя принимают внутрь как жаропонижающее, потогонное и противопростудное средство.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивают 2 часа в литре кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют без ограничения — как чай.

7. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее, потогонное и мочегонное средство при простудных и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

8. Измельченную солому *овса посевного* в виде отвара принимают как жаропонижающее, мочегонное и ветрогонное средство.

Отвар: 3—4 ст. ложки мелкой соломы кипятят 10—15 минут в литре воды, настаивают час и, добавив мед по вкусу, пьют без ограничения — как чай.

9. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как жаропонижающее средство при малярии, лихорадке, тифе.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

10. Плоды *поленика (княженика)* в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее средство при простудных заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки плодов настаивают 2 часа в литре кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

11. *Ряску маленькую* в виде настойки или смеси ее с медом принимают внутрь как жаропонижающее средство.

Настойка: ст. ложку *ряски* в порошке настаивают в 150—200 мл водки и принимают по ст. ложке настойки 3—5 раз в день до еды.

Смесь: порошок из *ряски* смешивают 1 : 1 с медом и принимают по 1—2 чайных ложки 3—4 раза в день до еды.

12. Плоды *смородины красной* или свежеприготовленного сока из них принимают внутрь как жаропонижающее, противовоспалительное и противопростудное средство.

Настой: 2—3 ст. ложки перетертых плодов настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

13. Молодые листья *тутовника обыкновенного (шелковицы)* в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее средство при простудных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в литре кипятка, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Листьев *брусники, малины, плодов и листьев смородины черной, плодов шиповника* — поровну, настой принимают внутрь как жаропонижающее средство при простудных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка; добавив по вкусу мед, пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

❖ **ЖЕЛЕЗА ЩИТОВИДНАЯ, ТИРЕОТОКСИКОЗ, ЗОБ, БАЗЕДОВА БОЛЕЗНЬ** — заболевания, обусловленные нарушением (повышением или понижением) функции щитовидной железы, стимулирующие или угнетающие внутренние органы или системы.

1. Цветки *боярышника кроваво-красного* в виде настойки принимают внутрь при сердечных заболеваниях и повышенной функции щитовидной железы.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по

20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день, лучше до еды, при тиреотоксикозе, ожирении и нервных заболеваниях.

2. Корень *валерианы лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при повышенной функции щитовидной железы и нервных заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день до и после еды при гиперфункции щитовидной железы.

3. Зеленые ветки *дроча красильного* в виде настоя или отвара принимают внутрь как стимулятор функции щитовидной железы (как при пониженной, так и при повышенной ее функции), при истощении организма и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3 раза в день, лучше до еды.

Отвар: 1—2 ст. ложки сухого сырья кипятят в 0,5 л воды, упаривая до 1/3 жидкости, и принимают по 2 ст. ложки отвара 3 раза в день, лучше до еды.

4. Все растение *дурнишника обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь при заболеваниях щитовидной железы, эндемическом зобе (недостаток йода) и др. заболеваниях.

Отвар: 3 ст. ложки сырья кипятят 10 минут в 3 стаканах воды, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого отвара 3 раза в день до еды.

5. Все растение *дурнишника колючего* в виде отвара или настойки принимают внутрь при заболеваниях щитовидной железы как средство, содержащее много йода.

Приготовление и прием отвара — см. № 4.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3 раза в день до еды.

6. Траву *звездчатки средней (мокрицы)* и *звездчатки злаковидной* в виде настоя принимают внутрь при тиреотоксикозе, болях в сердце и др. заболеваниях.

Настойка: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Плоды (ягоды) *земляники лесной* в свежем виде принимают в больших количествах как антитиреодное средство, понижающее поглощение йода щитовидной железой.

8. 5%-ный *йод* принимают внутрь каплями как один из лучших катализаторов окисления в организме при заболеваниях щитовидной железы, в частности ожирении, эндемическом зобе, и как седативное средство при нервном перенапряжении.

Применение: при весе тела до 65 кг принимают йод по 1 капле за едой, размешав ее со стаканом фруктового сока или чая 1 раз в сутки, в понедельник и четверг каждой недели.

При весе тела более 65 кг дозу увеличивают до 2 капель и принимают так же. Одновременно смазывают небольшой участок тела (область железы) настойкой йода.

Прием смеси: чайную ложку яблочного уксуса смешивают со стаканом фруктового сока или теплой кипяченой воды, добавляют из капельницы крупную каплю йода, размешивают и выпивают за день глотками во время еды, запивая чаем или кофе.

9. Свежие плоды *каперсов колючих* или консервированный сок из них рекомендуется принимать без ограничения при базедовой болезни (зоб) как средство, восстанавливающее обмен веществ в организме и тем самым устраняющее заболевания.

10. Траву *ковыля перистого* в виде отвара на молоке принимают внутрь при базедовой болезни (зоб), одновременно делают компрессы на область щитовидной железы из сгущенного настоя ковыля на кипятке.

Отвар: 2 чайные ложки настоя кипятят 10 минут в стакане молока, настаивают час и выпивают за день глотками.

11. Пластинчатую часть *слоевика ламинарии* (*морской капуста*) в виде порошка принимают внутрь при заболевании щитовидной железы (зобе, ожирении) и мн. др.

заболеваниях, особенно связанных с недостатком йода в организме.

Принимают порошок из слоевища по 1/2 чайной ложки 2 раза в неделю.

Противопоказания к приему этого препарата имеют заболевания — геморрой, крапивница, туберкулез легких, нефриты, фурункулез, угревые сыпи и др.

12. Маточное (пчелиное) молочко в малых дозах продолжительное время принимают подязычно до полного растворения или в виде смесей в меду или алкоголе, также подязычно, или внутрь при заболеваниях щитовидной железы как повышенной, так и пониженной ее функции (базедова болезнь, микседема и др.) как тонизирующее средство, способствующее восстановлению ее функции и обмена веществ во всем организме.

Применение: свежее молочко 20—30 мг (на кончике ст. ножа) 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды кладут под язык и держат до полного растворения.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда; 1/4 чайной ложки смеси кладут под язык и держат до полного растворения за 1—1,5 часа до еды 3—4 раза в день.

Настойка: 1 часть молочка смешивают с 20 частями водки, принимают внутрь по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день за час до еды.

Противопоказаниями к применению препаратов из молочка могут быть Аддисонова болезнь, острые инфекционные заболевания, заболевания надпочечников и аллергия в виде сыпи на поверхности кожи.

13. Траву проломника северного (перелойная трава) в виде настоя принимают внутрь при нарушении функции щитовидной железы (зоб) и частых нервных расстройствах.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

14. Плоды фейхоа в свежем виде или сок с мякотью из них принимают как лечебное питание при заболеваниях щитовидной железы регулярно и без ограничения или по 50—100 г в день до еды.

15. Корня *марены красильной* — 40 г, *корня мыльнянки* — 40 г, *корневищ солодки* — 20 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 1—2 стаканах кипятка и пьют по 1—2 стакана теплого настоя утром натощак 1 раз в день при гипертиреозе.

16. Травы *горца птичьего*, *корня лопуха большого*, *корня окопника*, травы *цистозирь бородатой* — по 20 г.

Настой готовят и принимают, как в № 15, при гипертиреозе.

17. Цветков *боярышника* — 10 г, *корня валерианы* — 10 г, травы и *корневищ земляники лесной* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гипертиреозе.

18. При мн. заболеваниях, в том числе и заболеваниях щитовидной железы (гипер- гипофункции ее и др.), даже в хронической форме, когда испробовано много вышеописанных рекомендаций, а результаты не удовлетворяют, можно считать, что первопричина заболеваний скрыта в зашлакованности организма.

Больному необходимо помочь своему организму в отторжении шлака, и начать следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После такой, даже единственной, но тщательной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

19. При мн. заболеваниях, в том числе и щитовидной железы, при любых формах, даже хронической, достаточно быстро исцеляет *уринотерапия*, при условии соблюдения всех ее правил, и ускоренно — после очистки кишечника.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (растирание) тела (шеи, груди и живота в течение двух и более часов теплой мо-

чой его 2 раза в день. Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать от здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде. После массажа на шею, грудь и живот ставят на продолжительное время компрессы из 4—5 слоев сложенной простыни обильно пропитанной теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, а по мере высыхания компресс увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой его.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, ее следует продолжать до полного выздоровления, 2—3 недели, реже — больше.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой или соки, потом на вегетарианскую пищу.

✦ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (общее понятие) — устранение болевых симптомов и лечение.

1. Корневища *аира болотного* в виде порошка или настоя принимают внутрь при болях в желудке и двенадцатиперстнике (повышенная и пониженная кислотность), заболеваниях кишечника и желчного пузыря.

Порошок из корневищ принимают по 0,5—2 г, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя при болях, изжоге и тошноте 1—3 раза в день до или после еды.

2. Листья *белладонны (красавки)* в виде порошка принимают в очень малых дозах как противоспазматическое и болеутоляющее средство при болях в животе.

Порошок по 0,01—0,02 г (на кончике ножа) запивают теплой кипяченой водой.

Сильно ядовито!

3. Листья *белены черной* в виде настойки принимают внутрь в малых дозах при болях в животе любого происхождения.

Настойка: чайную ложку листьев настаивают 5—7 дней в 100 мл 70°-ного спирта и принимают по 5—7 капель настойки на 1/4 стакана теплой кипяченой воды.

Ядовито!

4. Листья и семена *болиголова* в виде настойки принимают внутрь в малых дозах при сильных, нестерпимых болях в желудке и кишечнике.

Настойка: 2 части сырья настаивают 5—7 дней в 5 частях 96°-ного спирта и принимают по 2—3 капли на ст. ложку теплой кипяченой воды не более 3 раз в день.

Сильно ядовито!

5. Корневища или траву *борщевика рассеченного* в виде настоя принимают внутрь как возбуждающее аппетит и спазмолитическое средство при катаре желудка и кишечника, поносах.

Настой: 3—4 чайные ложки сырья настаивают 4—8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Листья *вахты трилистной (трифоли)* в виде настоя принимают внутрь как горечь для повышения аппетита и секреции пищеварительных желез, улучшения перистальтики желудка и кишечника.

Настой: 5—10 г листьев настаивают 8 часов в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

7. Все растение в стадии цветения *дубровника пурпурового* в виде настоя принимают внутрь для улучшения пищеварения и повышения аппетита, при болях в желудке и кишечнике, изжоге, отрыжке, метеоризме и поносе.

Настой: 4 чайные ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Плоды (семена) *дурмана вонючего* в виде настойки принимают в малых дозах как наркотическое средство при сильных желудочно-кишечных болях.

Настойка: 1 часть порошка из семян на 5 частей 70°-ного спирта, принимают по 2—3 капли на ст. ложку теплой кипяченой воды при болях в желудке и кишечнике.

Сильно ядовито!

9. Траву *душицы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при гипо- и анацидных гастритах, атонии кишечника, сопровождающихся запорами, и как средство, возбуждающее аппетит.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Траву *змееголовника тимьяноцветкового* в виде настоя принимают внутрь как обезболивающее и противовоспалительное средство при болях и спазмах в желудке и кишечнике.

Настой: ст. ложку травы настаивают час и более в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника, длительно не прекращающейся рвоте и спастических состояниях желудка.

Настой: 3 ст. ложки соцветий настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана и более теплого настоя 3—4 раза в день до или после еды.

12. Листья или верхушки цветущего растения *кипрея узколистного (иван-чай)* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное болеутоляющее средство при всяких воспалениях слизистой оболочки желудка и кишечника.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки, иногда пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Корневища (без корней) *лапчатки прямостоячей* в виде настоя или настойки принимают внутрь при воспалениях, язвах в желудке или кишечнике, энтеритах и энтероколитах.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя 5—6, иногда более раз в день, лучше до еды.

Настойка: 15%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 40—50 капель настойки на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

14. Молодые (молочные) плоды *ореха грецкого* и сока из них принимают внутрь при непроходимости пищевода, сильных болях в желудке и несварении его, постоянной рвоте, когда больной «безнадежен».

Молодые (клейкие) листья этого ореха в виде настоя принимают внутрь при воспалительных процессах в желудочно-кишечном тракте.

Свежеприготовленный сок из 2—3 молочных плодов выпивают весь сразу, 2—3 раза в день, при этом употребляют щадящую, лучше вегетарианскую пищу.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 1—2 стаканах кипятка и пьют по 2 ст. ложки или 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Свежие плоды (ягоды) *наслена черного* едят без ограничения, а траву его в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных болях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час и более в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Плоды (семена) *подорожника большого* и др. видов в виде порошка или настоя принимают внутрь как обволакивающее средство при мн. заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастриты, язвы и др.), хронических, атонических и спастических запорах.

Принимают порошок из семян по 1—2 чайные ложки, запивая теплой кипяченой водой или чаем при сильных болях.

Настой: 1—2 чайные ложки семян или порошка из них настаивают 10—15 минут в 1/2 стакана кипятка, по остывании взбалтывают и, не фильтруя, выпивают все сразу при сильных болях и упорных запорах.

17. Траву (листья) *полыни горькой* в виде настоя прини-

мают внутрь при гипо- и анацидных гастритах, отсутствии аппетита, атонии кишечника и как средство, стимулирующее функцию пищеварительных желез.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

Препараты полыни нельзя принимать больше месяца. Большие дозы расстраивают нервную систему.

18. При хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастрит, язва, колиты и др.) полезно жевать продолжительное время очищенный *прополис* с последующим глотанием его за 1—1,5 часа до еды. В день можно принимать таким образом до 10 г, т. е. по 3—4 г на прием.

19. Траву *снати обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождающихся расстройством деятельности пищеварительного тракта, болезнях почек и мочевого пузыря.

Настой: 3 чайные ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя принимают внутрь при болях, спазмах и коликах в желудке, нарушениях пищеварения, метеоризме и отсутствии аппетита.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки или 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Траву (соцветия и листья) *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных кровотечениях, коликах, диспепсии и поносе.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и выпивают весь настой за день глотками.

22. Истолченный в порошок *древесный уголь* (главным образом из *липы* или *тополя*) принимают внутрь при нервных спазмах в желудке и кишечнике, метеоризме и поносе.

Принимают порошок по 1/2 чайной ложки на прием, запивая теплой кипяченой водой.

23. Травы *волчеца*, травы *полыни горькой*, травы *золототысячника* — поровну.

Настой: 3 чайные ложки сбора настаивают час и более в 3 стаканах кипятка и пьют по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды при ахилии (несварении) желудка.

24. Травы *волчеца*, травы *полыни горькой*, травы *золототысячника*, кожуры *апельсина*, листьев *вахты трилистной* — поровну.

Приготовление, применение и назначение сбора — см. № 23.

25. Корневищ *аира* — 10 г, коры *корицы* — 10 г, листьев *вахты трилистной* — 10 г, кожуры *апельсина* — 20 г, травы *золототысячника* — 20 г, травы *полыни горькой* — 20 г.

Приготовление, применение и назначение сбора — см. № 23.

26. Корня *алтея* — 30 г, корня *окопника* — 20 г.

Отвар: 2—3 ст. ложки сбора кипятят 5—10 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды, при болях в желудке (гастрите).

27. Травы *золототысячника* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 80 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3 раза в день до еды при гастрите с жалобами на печень.

28. Плодов *аниса дикого* — 10 г, плодов *фенхеля* — 10 г, плодов *тмина* — 10 г, листьев *мяты перечной* — 20 г.

Настой: 2—3 чайные ложки сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают настой за день глотками при спазме желудка и метеоризме.

29. Плодов *аниса*, плодов *фенхеля*, плодов *кишинеца*, плодов *тмина* — поровну.

Настой: 3—4 чайные ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды при диспепсии и метеоризме.

30. Корневищ *лапчатки* — 1 ст. ложка, плодов (ягод) *жизовики сизой* — 2 ст. ложки, плодов *черемухи* — 3 ст. ложки.

Настой или отвар: 2 ст. ложки сухого сбора настаивают

2—3 часа в 2 стаканах кипятка (или варят 10 минут) и пьют по 1/3—1/2 стакана настоя или отвара 3—4 раза в день до еды при расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта (поносы).

31. Цветков *ромашки аптечной*, соцветий *тысячелистника* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают час в 2 стаканах кипятка, пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при сильных болях (спазмах) в желудке.

32. Листьев *ежевике сизой* — 20 г, соцветий *календулы* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Иногда этот настой помогает лучше др. (более сложных) при катаре и др. недомоганиях кишечника, в том числе и поносах с кровью.

33. Листьев *белены черной* — 10 г, листьев *болиголова крапчатого* — 10 г.

Настойка: 2 части сбора настаивают 5—7 дней в 5 частях 96°-ного спирта и принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды не более 3 раз в день при сильных внутренних болях.

Сильно ядовито!

34. Травы *полыни горькой* — 4 ст. ложки, соцветий *тысячелистника* — 1 ст. ложка.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как желчегонное, ветрогонное и возбуждающее аппетит средство.

35. Плодов *дурмана* — 4 г, *адониса весеннего* — 4 г.

Настой: весь сбор в виде порошка настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1 ст. ложке 3—4 раза в день до еды при опухолях в желудке.

Настой ядовит, очень! Строгая дозировка!

36. Порошок из корня *лопуха* (любого вида) первого года жизни смешивают в водяной бане с медом 1 : 1 и принимают до 1—2 ст. ложки смеси 3—5 раз в день, лучше до еды, при раке желудка.

37. При расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта (кроме механических и лучевых поражений), когда вышеизложенные рекомендации не дают результата, следует подумать о первопричине заболевания. Первопричин на этот счет может быть много, но скорее всего — зашлакованность кишечника (основы здоровья всего организма) больного. Необходимо помочь организму в отторжении шлака, и начать эту процедуру следует с полной и тщательной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но тщательно проведенной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз и полное выздоровление ускорится.

38. При всех заболеваниях (кроме механических повреждений) желудочно-кишечного тракта, когда рекомендации для больного неприемлемы, а комплекс его недугов ограничивает время на исцеление, предлагается достаточно быстро очищающая весь организм *уриноотерапия*, результативная при условии соблюдения всех ее правил. Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной кипяченой воды. Кроме того, необходимо ежедневно 2 раза в день ставить клизму из смеси его собственной мочи и теплой кипяченой воды в пропорции 1:1 — 1,5—2 литра, подкисленной 1—2 ст. ложками яблочного уксуса. Необходимо добиться, чтобы эти 2—1,5 литра смеси входили в кишечник и выходили оттуда полностью с отбросами.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают продолжительный массаж (растирание) всего живота и места боли в течение двух и более часов 2 раза в день теплой мочой больного. После массажа на весь живот или места боли кладут компресс на продолжительное время из сложенной в 3—5 слоев простыни, хорошо пропитанной его теплой мочой. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой и целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания компресс увлажняют снова, свежей или старой, но подогретой мочой его.

Время такой голодной терапии варьируется, в зависимости от тяжести заболевания, примерно 1—3 недели, реже — больше, ее следует проводить максимально долго.

❖ ЖЕЛЧНЫЙ ПУЗЫРЬ И ЕГО ПРОТОКИ

1. *Арбуз* используется в лечебном питании при заболевании печени, камнях в желчном пузыре и мочеточниках. Его едят без ограничения.

2. Кору корня, корни, листья *барбариса обыкновенного* в виде настойки или отвара принимают внутрь при заболеваниях печени и желчного пузыря (желчно-каменная болезнь, калькулезный холецистит, гепатохолецистит, рецидивирующая желтуха и др.) как желчегонное и спазмолитическое средство.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Отвар: 1—2 ст. ложки сырья кипятят 5 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

3. Молодые (клеякие) листочки *березы белой* в виде настоя принимают внутрь как хорошее средство при дямблиозе, желчегонное и антисептическое средство при воспалении желчного пузыря и его протоков.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 6 часов в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

4. Соцветия *бессмертника песчаного* в виде отвара принимают внутрь при хронических заболеваниях печени, желчного пузыря и его протоков (холециститах, холангитах, гепатохолециститах и др.). Препараты уменьшают тошноту и боли в области печени и желчного пузыря, нормализуют стул и возвращают коже нормальную окраску.

Отвар: 2—3 ст. ложки соцветий кипятят 10 минут в 2 стаканах воды, настаивают 1—2 часа и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

5. Краевые цветки *василька синего* в виде настоя принимают внутрь как желчегонное средство при желтухе и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 чайные ложки цветков настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Корневища *горца змеиного* в виде отвара принимают внутрь при желчно-каменной болезни и камнях мочевого пузыря.

Отвар: 2 ст. ложки корневищ кипятят 20 минут в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

7. Траву *дымянки лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени и желчного пузыря, особенно камнях в них.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Траву *живучки мохнатой* в виде настоя принимают внутрь при камнях в печени и желчном пузыре.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки 4—5 раз в день до еды.

9. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при болезнях печени, камнях в желчном пузыре, желтухе и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Траву *золототысячника зонтичного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени и желчного пузыря, желтухе, ахилии желудка и запорах.

Настой: чайную ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Корни и траву *зопника клубненосного* в виде настоя принимают внутрь при холецистите, желтухе, желудочно-кишечных и мн. др. заболеваниях.

Настой 1: 2 ст. ложки сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают по $\frac{2}{3}$ ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настой 2: 2 ст. ложки сырья настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и дают по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Кору *ивы* (всех видов) в виде отвара принимают внутрь при заболеваниях печени и желчного пузыря (песке и камнях в них), желтухе.

Отвар: 20 г коры кипятят 10 минут в стакане кипятка, настаивают час и принимают по 2 ст. ложки 3—4 раза в день или через каждые 2 часа при заболеваниях печени, желтухе и мн. др.

13. Соцветия *календулы лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени (как гепатит), желчного пузыря, желтухе и мн. др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки цветков настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по $\frac{1}{2}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Кору или цветки *каштана конского* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях желчного пузыря (нарушение секреции желчи) и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют по $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Листья *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, желчного пузыря и его протоков (гепатохолециститах, гепатитах, холангитах, холециститах и желчно-каменной болезни).

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Рыльца *кукурузы посевной* в виде настоя принимают внутрь как желчегонное средство при холециститах, холангитах и гепатитах. Препараты рылец увеличивают отделение желчи, уменьшают ее концентрацию и содержание желчных пигментов (билирубина).

Настой: 1—2 ст. ложки рылец настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя

через каждые 3—4 часа или по ст. ложке 5—6 раз в день до еды.

17. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, желтухе и как нежное слабительное средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Зерно (крупы) *овса посевного* в виде отвара из крупы или настоя из муки принимают внутрь как желчегонное средство.

Отвар: стакан крупы кипятят в литре воды, выпаривая 1/4 взятой жидкости и пьют по стакану теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Настой: 2 стакана крупы (лучше муки) настаивают час в литре кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Листья и корни *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, желтухе и желчно-каменной болезни.

Настой: чайную ложку корней или ст. ложку сырья (корней и листьев) настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Соцветия *пижмы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при гепатитах и холециститах (в том числе и лямблиозных) и как желчегонное средство.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

21. *Подсолнечное масло* принимают внутрь при холецистите, холангите, холангиогепатите и желчно-каменной болезни.

Принимают масло по 1/4—1/3 стакана утром натощак и на ночь, после приема отдыхают на правом боку, лучше под грелкой.

22. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь при желчнокаменной болезни и воспалении желчных путей.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 12 часов в 2 ста-

канах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

23. Семена или толокно из семян *расторопши (остро-пестро)* в виде отвара или порошка принимают внутрь при воспалении печени и желчных путей, вызванных желчными камнями и песком, желтухе и др. заболеваниях.

Отвар: 30 г истертых в порошок семян варят в 0,5 л воды, пока не выкипит половина, и принимают по ст. ложке отвара через каждый час.

Порошок из семян принимают по чайной ложке, запивая теплой кипяченой водой, 4—5 раз в день до еды.

24. Траву *репешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при циррозе печени, заболеваниях желчного пузыря и его путей, камнях и песке в них, и как желчегонное средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

25. Плоды *тмина обыкновенного* в виде настоя или порошка принимают внутрь как средство, усиливающее отделение желчи при заболеваниях желчного пузыря.

Настой: 1—2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок из плодов принимают по 1/2 чайной ложки 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

26. Траву *чистотела большого* в виде настоя принимают внутрь как болеутоляющее средство при заболеваниях печени и желчного пузыря (желчные камни и песок, желтуха).

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды.

27. Свежую траву и корни *лапчатки гусиной*, траву *свежую ржи посевной* (поровну) в виде сока из них или настоя принимают внутрь как более эффективное средство при камнях в печени и желчном пузыре.

Сок принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды.

Настой: 2—3 ст. ложки свежемельченного сырья настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

28. Корневищ *aira болотного*, соцветий *бессмертника песчаного*, травы *золототысячника* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при воспалении желчного пузыря.

29. Травы *полыни горькой* — 1 часть, листьев *шалфея лекарственного* — 5 частей.

Сбор в виде порошка по 0,2—0,5 г (по щепотке) принимают внутрь, запивая теплой кипяченой водой 2—3 раза в день при гипофункции и др. заболеваниях печени.

30. Травы *льнянки* — 15 г, цветов *бессмертника* — 15 г, рылец *кукурузы* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—4 раза в день до еды при желтухе.

31. Соцветий *бессмертника* — 20 г, травы *льнянки* — 10 г, травы *живокости полевой* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды при камнях и песке в печени и желчном пузыре. У больных уменьшаются тошнота, ощущение боли в области печени, уменьшается ее размер, прекращается рвота.

32. Соцветий *бессмертника* — 30 г, травы *зверобоя* — 20 г, коры *крушины* — 20 г.

Приготовление настоя и его применение, как в № 31, при заболеваниях печени с запорами.

33. Травы *зверобоя* — 40 г, травы *горца птичьего* — 30 г, соцветий *бессмертника* — 40 г, цветов *ромашки* — 10 г, коры *крушины* — 20 г.

Приготовление настоя и его прием, как в № 31, при заболеваниях печени и желчного пузыря (при камнях в них) и запорах.

34. Цветов *бессмертника* — 10 г, травы *зверобоя* — 5 г, травы *спорыша* — 10 г, коры *крушины* — 10 г, побегов *туи* — 5 г, корня *цикоря* — 5 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в 1—2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при больной печени и камнях в желчном пузыре.

35. Травы *лапчатки гусиной* — 20 г, травы *льнянки обыкновенной* — 10 г, листьев *мяты перечной* — 10 г, корня *одуванчика* — 20 г, соцветий *пижмы* — 10 г, травы *чистотела* — 5 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды как желчегонное средство при гепатите, холецистите и др. заболеваниях.

36. Почек *березы* — 10 г, соцветий *бессмертника* — 10 г, травы *горца птичьего* — 10 г, травы *зверобоя обыкновенного* — 10 г, травы *душицы* — 10 г, соцветий *календулы* — 10 г, цветков *ромашки аптечной* — 10 г, травы с корнем *цикория* — 10 г, травы *чистотела большого* — 10 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды при гепатохолециститах.

37. Плодов (семян) *моркови культурной* — 15 г, листьев *толокнянки обыкновенной* — 10 г, плодов *укропа огородного* — 10 г, побегов (травы) *хвоща полевого* — 10 г, листьев *чернобыльника* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при камнях в печени и желчном пузыре.

38. При заболеваниях печени и желчного пузыря с его протоками популярен следующий рецепт: 1 кг измельченного на мясорубке лука смешивают с 2 стаканами *сахарного песка* и томят в духовке до тех пор, пока смесь не пожелтеет. Принимают такую смесь по ст. ложке утром натощак продолжительное время; на курс полного лечения требуется до 5 кг лука.

39. Простой способ изгнания и растворения камней из желчного пузыря и печени. Перед изгнанием камней больному настоятельно рекомендуется произвести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этого запасаются грелкой, детским горшком для проверки результата чистки.

Эту процедуру лучше провести в выходные дни через 12—14 часов после последнего приема твердой пищи.

Проводят ее в течение суток. До и в процессе этой процедуры можно пить только *яблочный сок* собственного приготовления (гарантия чистоты его).

Процедура очищения. Вечером больному ставят клизму (лучше две) из теплой кипяченой воды (1,5—2 л) с максимальной задержкой в кишечнике. В 19 часов он выпивает 4 ст. ложки теплого *подсолнечного масла* и немедленно запивает ст. ложкой *лимонного сока*. Грелку с горячей водой с помощью полотенца привязывают на правый бок в область печени и кладут больного на кровать или кушетку. Через 15 минут (до секунды точно) он снова выпивает 4 ст. ложки масла и запивает ст. ложкой лимонного сока. И так повторяет через каждые 15 минут, пока не будет выпито все масло. Оставшимся лимонным соком больной запивает последнюю дозу масла.

После этого лежит на правом боку с теплой грелкой и ждет, когда в горшок начнут выходить камни. Время «отдыха» с горячей грелкой для каждого больного индивидуально — от 2—3 до 20, реже — больше часов.

Более сложную процедуру по очистке печени и желчного пузыря см. в разделе «Печень».

40. При заболеваниях печени и желчного пузыря, когда многие вышеописанные рекомендации для больного неприемлемы и он ищет более простую и результативную, назовем *уринотерапию*.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают массаж (растирание) тела в области печени в течение часа более 2 раз в день теплой старой, но подогретой мочой больного. После массажа на это место кладут в 4—5 слоев сложенную простыню, хорошо пропитанную теплой мочой его. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и укутывают, по мере высыхания увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой.

Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека

того же пола и использовать в подогретом виде, но компрессы ставятся только с мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, ее проводят до полного выздоровления.

При желтухе больному следует выпивать по стакану своей мочи 3—4 раза в день до еды и производить все вышеописанные наружные процедуры. Результат исцеления будет достаточно быстрым.

✚ ЖЕНСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

1. Корень *бадана толстолистного* в виде отвара используют наружно (для спринцевания) при маточных кровотечениях с эрозией (ссадинами) на шейке матки.

Отвар: 3 ст. ложки корня на 0,5 л воды. Уваривают путем кипения до половины. Ст. ложку экстракта смешивают с 0,5 л теплой кипяченой воды для спринцевания влагалища с задержкой там на 10—15 минут.

2. Листья *барбариса обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь при атонических и гипотонических маточных кровотечениях в послеродовом периоде и при субинволюции матки.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 25—30 капель на ст. ложку воды 3—4 раза в день до еды.

Противопоказаны препараты из барбариса при кровотечениях, связанных с дисфункцией яичников и задержкой в матке частей детского места.

3. Траву *башмачка красного (крупноцветкового)* в виде настоя принимают внутрь при женских кровотечениях и головной боли.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 2—3 раза в день до еды.

4. Корень *бедренца камнеломкого* в виде настойки или настоя принимают внутрь при раке матки и др. заболеваниях.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30 капель на ст. ложку воды 4—5 раз в день до еды.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Траву *василистника простого* в виде настоя принимают внутрь как общеукрепляющее средство в послеродовой период.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Цветущую траву *гвоздики разноцветной* в виде настоя принимают внутрь при атонии матки, обильных менструациях, геморроидальных и др. кровотечениях, болях в животе и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложке теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Корневища *горечавки перекрестнолистной* (синий зверобой) в виде настоя принимают внутрь при опущении матки.

Настой: 3 ст. ложки корневищ настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по стакану настоя 3 раза в день до еды.

8. Корень *девясила высокого* в виде отвара принимают внутрь при болезненных и нерегулярных менструациях, для профилактики преждевременных родов и др.

Отвар: чайную ложку корней кипятят 15 минут в стакане воды, настаивают 2—3 часа и принимают по 1—2 ст. ложки (иногда более) отвара 3—4 раза в день до еды.

9. Листья *дурмана обыкновенного* в виде настоя для ванн применяют при частичном выпадении матки, прямой кишки.

Настой: 20 г листьев настаивают 1—2 часа в 1/2 ведра кипятка и используют для ванн, клизм и спринцеваний.

10. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя используют для спринцевания как антисептическое средство при трихомонадных кольпитах.

Настой: 2 ст. ложки соцветий настаивают 1—2 часа в стакане кипятка.

11. Листья *клена платановидного* в виде настоя принимают

мают внутрь после родов, чтобы скорее вышло детское место.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя до еды.

12. Семена *конопли посевной* в виде настоя из измельченных семян принимают внутрь как молокогонное средство при недостатке или отсутствии молока.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных семян настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Корневища с корнями *кровохлебки лекарственной* в виде отвара принимают внутрь при фибромах матки, геморрагической метропатии, кровотечениях в послеабортном периоде, эрозиях шейки матки (простых и фолликулярных).

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 30 минут в стакане воды, по остывании принимают по 1—2 ст. ложки 5—6 раз в день. Наружно (в виде спринцевания) по 1/2 чайной ложки. В послеабортном периоде кровотечения обычно прекращаются после 3—4 процедур.

14. Траву *мелколепестника канадского* в виде настоя принимают внутрь при кровоизлияниях матки, обильных менструациях, в особенности в климактерии.

Настой: чайную ложку травы настаивают час в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

15. *Облепиховое масло* используют наружно в виде тампонов и смазывания при кольпитах, эндоцервитах и эрозии шейки матки.

Смазывают оболочку влагалища, шейку матки и цервикального канала ежедневно этим маслом после предварительного тщательного очищения от слизи. При эрозиях шейки матки, помимо смазывания канала, применяют обильно пропитанные (5—10 г) облепиховым маслом вагинальные тампоны.

16. Все растение (траву и корни) *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь для предупреждения привычных выкидышей.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Семена *подорожника-блошного (блошника)* в виде слизи или мази на подсолнечном или облепиховом масле используют наружно при воспалении грудных желез.

18. Траву *полыни горькой (майского сбора)* в виде настойки принимают внутрь от худосочия и малокровия.

Настойка: 4 ст. ложки свежей измельченной травы настаивают 15—20 дней в 0,5 л водки и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку воды утром натощак один раз в день.

19. Верхушки цветущей травы *полыни обыкновенной (чернобыльника)* в виде настоя принимают внутрь при полном отсутствии менструации, задержке ее (гиперменоррее), болезненных менструациях и как средство, ускоряющее и обезболивающее роды.

Настой: 2 ст. ложки травы или ст. ложку корня (15 г) настаивают 1—2 часа в стакане теплой кипяченой воды и принимают по ст. ложке настоя через каждые 3 часа до появления месячных. Если в течение недели они не появятся, то увеличивают концентрацию настоя: берут по 30 г корней и цветов.

20. Траву *прострела раскрытого* в виде настоя дают женщинам пить во время родовых потуг, чтобы уменьшить боль и ускорить роды.

Настой: чайную ложку травы настаивают до суток в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждые 2—3 часа.

Строгая дозировка! Противопоказаны препараты из прострела при гастрите и нефрите.

21. Траву *синеголовника плосколистного* в виде настоя принимают внутрь как средство, вызывающее и усиливающее менструации и снимающее болевые и воспалительные процессы.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

22. Плоды *софоры японской* в виде настойки используют наружно при трещинах сосков грудных желез.

Настойка: 10 г измельченных плодов настаивают 5—6 дней в 100 мл водки, настойку перед применением разводят в теплой кипяченой воде в соотношении 1 : 10.

23. Траву *сушеницы болотной* в настое на кипятке или подсолнечном масле используют для лечения эрозии шейки матки, язв и труднозаживающих ран.

Настой 1: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и используют в виде влажных тампонов.

Настой 2: ст. ложку травы настаивают 10 дней в стакане подсолнечного масла, ежедневно взбалтывая, потом фильтруют и используют как настой 1.

24. Плоды *укропа пахучего (огородного)* в виде настоя или порошка принимают внутрь как средство, способствующее отделению молока у кормящих матерей.

Настой: 1—2 ст. ложки измельченных плодов настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

Порошок принимают по 2—3 г (на кончике ножа) 2—3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

25. Цветущей травы *сухоцвета* — 15 г, побегов (травы) *хвоща полевого* — 10 г.

Настой: весь сбор настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 1/3—1/2 стакана настоя 3 раза в день до еды при болезненных менструациях.

26. Плодов *петрушки огородной* — 2 г, травы *руты душистой* — 1 г.

Отвар: измельченный сбор кипятят 10 минут в 300 мл воды и пьют по 1/2 стакана отвара 2—3 раза в день до еды при долго отсутствующих менструациях.

27. Цветов *боярышника* — 10 г, листьев *ежевика* — 25 г, травы *пустырника* — 20 г, травы *сушеницы болотной* — 15 г, травы *ясменника пахучего* — 20 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 2—3 раза в день до еды при женском увядании.

28. Травы *донника лекарственного* — 20 г, травы *золототысячника* — 20 г, цветы (реже листья) *мать-и-мачехи* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана настоя 3—6 раз в день при воспалении яичников в течение 3—4 недель. При этом рекомендуется воздержание от половой жизни на период лечения.



❖ ЗАПАХ ИЗО РТА

1. Порошок из корневищ *аира болотного* жуют или настоем корневища полощут рот при плохом запахе. Настой произвольной концентрации.

2. Траву *барвинка малого* в виде настоя используют для полоскания при плохом запахе изо рта. Настой произвольной концентрации.

3. Обсахаренные плоды *кориандра посевного* (*кишинеца*) используют для жевания при неприятном запахе изо рта.

4. Свежие листья и корни *петрушки огородной* устраняют неприятный запах изо рта, их надо жевать.

5. Траву *полыни горькой* в виде настоя используют для полоскания при плохом запахе изо рта. Настой произвольной концентрации.

❖ **ЗАПОР** — медленное продвижение содержимого толстого кишечника и редкое его опорожнение: 1—2 раза в неделю, иногда реже. Это не болезнь, а симптомы многих заболеваний, как легких, так и смертельно опасных (острые инфекции, инфаркт миокарда, заболевания печени и почек, рак, ревматизм и мн. др., в том числе патологическая наследственность и неправильное питание). Больному в первую очередь следует усвоить, что вредны все слабительные средства, особенно минерального происхождения, от которых необходимо срочно отказаться. Нужно устранять первопричину заболеваний; способствующих данному недугу.

1. Листья *алоэ древовидного* в виде сока принимают внутрь как слабительное средство при хронических запорах, гастрите и мн. др. заболеваниях.

Сок принимают по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день за 30 минут до еды. Слабительное действие наступает через 8—10 часов.

Противопоказаны препараты алоэ при заболеваниях печени и желчного пузыря, геморрое, цистите и беременности.

2. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настойки принимают каплями при сильных нестерпимых болях в желудке и кишечнике, запорах и др. недугах.

Настойка: 2 части сырья (по объему) настаивают 5—7 дней в 100 мл 96°-ного спирта и принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день, лучше до еды.

3. Молодые листья, цветки и ягоды *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как слабительное средство при запорах и болеутоляющее при сильных болях в животе.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Траву и корни *верблюжьей колючки (перекати-поле)* в виде настоя принимают внутрь как слабительное при запорах и мочегонное средство при водянке.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Траву *горца почечуйного* в виде настоя принимают внутрь как нежное слабительное средство при хронических запорах.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Настой противопоказан при острых воспалительных процессах почек, но полезен больным почечными заболеваниями, сопровождающимися запорами.

6. Цветущую траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при повышенном мышечном тонусе, гиперкинезах, расстройстве кишечника и хронических запорах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л ки-

пятка и принимают по $1/3$ — $1/2$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Кислую *капусту* в виде рассола принимают внутрь по $1/2$ — $2/3$ стакана 3 раза в день до еды при запорах и геморрое.

8. Листья *кассии (сенны) узколистной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как слабительное средство при хронических запорах, когда необходимо безболезненно очистить кишечник, и трещинах заднего прохода.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и пьют по ст. ложке утром до еды и на ночь или по $1/2$ —1 стакану теплого настоя на ночь.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по ст. ложке 2—3 раза до еды.

9. Кору *крушины ломкой* в виде настоя принимают внутрь при привычных запорах как легкое слабительное средство.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по $1/2$ стакана теплого настоя утром до еды и вечером.

10. Плоды (семена) *лопуха большого* в виде настоя принимают внутрь при хронических запорах.

Настой: ст. ложку измельченных семян настаивают 1—2 часа в 1—2 стаканах кипятка и пьют по $1/2$ стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

11. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь как средство, регулирующее функциональную деятельность желудочно-кишечного тракта, как нежное послабляющее при первичных запорах и метеоризме.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают в 1—2 стаканах кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки 2—3 раза в день до еды и $1/2$ стакана на ночь.

12. Плоды (семена) *молочая солнцегляда* в виде настоя принимают внутрь при упорных запорах.

Настой: 2 чайные ложки истолченных семян настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по $1/2$ — $1/3$ стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

13. Корень *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при запорах и мн. др. недугах.

Настой: ст. ложку корня настаивают в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Кору корней *грецкого ореха* в виде порошка принимают внутрь как нежное послабляющее средство.

Порошок принимают по чайной ложке 3 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

15. Свежие корни *петрушки огородной* в виде настоя принимают внутрь как послабляющее средство при первичных запорах. Для этих целей используют и порошок из плодов ее.

Настой: ст. ложку свежеперетертых корней настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок из семян принимают по 0,5 г 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

16. Семена (плоды) *подорожника большого* и др. видов в виде слизи принимают внутрь при хронических, атонических и спастических запорах.

Настой-слизь: ст. ложку измельченных или целых семян настаивают 30 минут в 1/2—1 стакане кипятка и выпивают все за один прием вместе с семенами.

При ахилии обязательно процедить.

17. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя используют для приема внутрь, клизм и ванн при хронических заболеваниях и нарушении обмена веществ, хронических запорах и др. недугах.

Настой: 3—4 ст. ложки корневищ настаивают 10—12 часов в литре кипятка и пьют по 1/2—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Корнеплод *свеклы красной* в виде сока принимают по стакану в день, а из отвара свеклы делают клизмы при упорных и длительных запорах.

Отвар для клизм: 15—20 г на 2 стакана воды, кипятят 30 минут.

19. Листья *стеллеры карликовой* в виде настоя принимают внутрь при хронических запорах атонического и спастического характера.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Мякоть *тыквы обыкновенной* или свежеприготовленный сок из нее, принятые внутрь, улучшают функцию кишечника, показаны при хронических запорах.

Принимают внутрь без ограничения в вареном, пареном и др. видах, а сок из мякоти принимают по 1/2—1 стакану 2—3 раза в день и на ночь.

21. *Ржаной хлеб* без ограничения показан лицам, страдающим хроническим запором.

22. Порошок из сухой травы или настой из семян *укропа огородного* принимают внутрь как средство, улучшающее пищеварение, при хронических колитах, запорах и метеоризме.

Настой: 2 чайные ложки истолченных плодов настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

23. Корень *щавеля конского (густого)* в виде порошка или настоя принимают внутрь как слабительное средство при хронических, спастических колитах, запорах на почве атонии кишечника.

Порошок принимают по 0,5—1 г (на кончике ножа) на ночь, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: 2 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя на ночь как слабительное.

24. Кору *крушины* — 60 г, листьев *трифоли* — 20 г, травы *тысячелистника* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2—1 стакану теплого настоя на ночь при хронических запорах как средство, регулирующее деятельность кишечника.

25. Кору *крушины* — 60 г, листьев *крапивы двудомной* — 20 г, травы *тысячелистника* — 20 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора кипятят 10 минут в 2 стаканах воды и пьют до 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день и 1/2—1 стакан теплого отвара на ночь как слабительное.

25. Кору *крушины*, листа *березы*, листьев *крапивы двудомной*, семян *льна посевного* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—

4 раза в день до еды при кожных сыпях, вызванных хроническими запорами.

27. Листьев *вахты трилистной* — 20 г, травы *донника лекарственного* — 20 г, коры *крушины ломкой* — 50 г, плодов *тмина* — 10 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды или стакан сгущенного настоя на ночь при хронических или разовых запорах.

28. Листьев *сенны* — 1 чайная ложка, корня *солодки* — 1 чайная ложка, семян *укропа* — 1/2 чайной ложки, *серы желтой* — 1/2 чайной ложки, *сахарного песка* — 2 чайные ложки. Весь сбор превращают в мелкий порошок, смешивают и принимают, разбавив водой 1 : 1, взрослым — по чайной ложке, детям — по четверти чайной ложки утром натощак как слабительное при запорах.

29. Корня *алтея* — 20 г, семени (цельного) *льна посевного* — 30 г, коры *крушины* — 15 г, корневищ *солодки* — 15 г, плодов *фенхеля* — 15 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 2/3—1 стакану теплого настоя утром натощак и на ночь при запорах вследствие атонии кишок.

30. Корневищ *аира*, травы *золототысячника*, соцветий *бессмертника* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при туберкулезе кишечника, запорах, метеоризме и др. недугах.

31. При запорах, когда вышеизложенные рекомендации не дают результата, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как указано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Даже после единственной чистки действенность всех препаратов повысится во много раз и исцеление ускорится.

32. При продолжительных запорах, когда многие рекомендации для больного неприемлемы, его следует перевести на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его собственной мочи и отстоянной воды.

Наружно будет полезно для больного ставить на нижнюю часть спины теплые компрессы из 3—5 слоев льняного полотна, обильно пропитанных его теплой мочой. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом больного укутывают. Такие компрессы должны быть постоянно влажными и теплыми от мочи.

Такой метод лечения достаточно быстро устранит перепречину недуга, и стул нормализуется.

❖ ЗОЛОТУХА — разновидность кожных заболеваний.

1. Траву *вербены* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при золотухе, прыщах, чирьях и др. кожных заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Верхушки веток с цветками *дрок красильного* в виде настоя используют наружно при золотухе, лишаях, фурункулезе и др. кожных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в виде настоя, используют для примочек, компрессов или ванн.

3. Плоды (семена) или траву *дурнишника обыкновенного* или *дурнишника колючего* в виде настоя используют наружно при золотушных струпях, сыпи, лишаях и др. кожных изъязнах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и используют для примочек или легкого втирания. Процедура вызывает жжение, поэтому применение требует некоторой осторожности.

4. Листья *капусты огородной* в перетертом виде варят в молоке, смешивают с *отрубями* и прикладывают на участок кожи, пораженный золотухой и мокнувшей экземой.

Сок капусты или измельченные листья — 2 ст. ложки — кипятят 5 минут в 0,5 л молока, настаивают 30 минут, добавляют 2—3 ст. ложки отрубей, промешивают и используют наружно как компресс.

5. Листья *караганы древовидной*, *карликовой* или *степной* в виде настоя применяют наружно как противозолотушное средство.

Настой: 3 ст. ложки листьев настаивают час в 2 стаканах кипятка и используют наружно в виде примочек или компрессов.

6. Траву *медуницы лекарственной* в виде настоя применяют наружно как противозолотушное средство.

Приготовление и применение настоя — см. № 5.

7. Траву (листья) *мяты перечной* или *водяной* в виде сока из травы, настойки и настоя принимают внутрь и используют наружно при золотухе и рахите у детей. Сок из травы или настойку капают на сахар и дают детям.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте.

Настой: 50 г травы настаивают 1—2 часа в ведре кипятка и используют для ванн, обмываний и компрессов.

8. Молодые листья *грецкого ореха* в виде настоя или чая принимают внутрь при золотухе и рахите у детей.

Настой: чайную ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и поят детей с медом по вкусу по 2—3 ст. ложки 3—4 раза в день до еды или ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и дают детям по чайной, ст. ложке теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при золотухе, рахите, фурункулезе и др. кожных заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов в литре теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке до 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Оставшийся теплый настой применяют для ванн или компрессов.

10. Соцветия или цветущую траву *ромашки аптечной* в виде настоя используют наружно для ванн при золотухе, различных раздражениях кожи лица и рук.

Настой: 50 г сырья настаивают 1—2 часа в ведре кипятка.

11. Траву *синеголовника плосколистного* или *полевого* в виде настоя принимают внутрь при золотухе, водянке, заболеваниях дыхательных путей и мн. др.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в стака-

не кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Траву и корни *чистотела большого* в виде производного по концентрации настоя используют наружно для примочек или ванн при золотухе, псориазе и мн. др. кожных заболеваниях.

13. Золотушным и рахитичным детям при отсутствии лекарственных средств вместо чая дают пить настой из соцветий *календулы обыкновенной*. Заваривают, как чай, и пьют с медом по вкусу.

14. Травы *вербены лекарственной* — 5 г, травы *будры плющевидной* — 5 г, травы *фиалки трехцветной* — 10 г. Порошок из всего сбора кипятят 5—10 минут в стакане подсолнечного масла и в теплом виде применяют для смазывания места поражения золотушными выделениями или прикладывают тряпочки, пропитанные этим маслом; при этом на голове предварительно удаляют волосы, промывают голову чистой водой (без мыла) или в настое *фиалки трехцветной*.

15. Травы *наслена сладко-горького* — 1 ст. ложка, травы *фиалки трехцветной* — 4 ст. ложки, травы *череды трехраздельной* — 4 ст. ложки.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и дают пить детям (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день как противозолотушное средство.

16. Корневищ *айры болотного* — 30 г, коры *дуба* — 30 г, цветков *ромашки* — 20 г.

Весь сбор кипятят 15 минут в 3 л воды, настаивают час и используют наружно в виде примочек, компрессов или ванн при детских кожных заболеваниях.

17. Травы *земляники лесной* — 30 г, травы *череды* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *яснотки белой* — 10 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при золотухе, прыщах и др. кожных заболеваниях, когда необходимо очищение крови.

18. Кору *ивы козьей* — 30 г, соцветий *календулы* — 30 г, цветов и листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, травы *фиалки трех-*

цветной — 20 г, травы *череды трехраздельной* — 20 г, травы *чистотела большого* — 10 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час и более в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) до 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды, при золотухе и др. кожных заболеваниях.

19. Травы *земляники лесной* — 15 г, корня *лопуха* — 15 г, листьев *смородины черной* — 10 г, цветков или травы *тысячелистника* — 10 г, листьев *ореха грецкого* — 5 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *череды* — 10 г, цветков *яснотки белой* — 10 г.

Отвар: 2—3 ст. ложки сбора кипятят на медленном огне 10 минут, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при золотухе и рахите. Детям дают ежечасно по ст. ложке.

20. Кору *ивы* — 1 ст. ложка, соцветий *календулы* — 1 ст. ложка, корня *лопуха* — 1 ст. ложка, соцветий *ромашки аптечной* — 1 ст. ложка, травы *фиалки трехцветной* — 2 ст. ложки, побегов *хвоща полевого* — 1 ст. ложка, травы *череды* — 1 ст. ложка, цветков или травы *яснотки белой* — 1 ст. ложка.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают час в литре кипятка и пьют с медом по вкусу: детям — по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при золотухе и рахите. Этот же настой в теплом виде используют для 15-минутных ванн.

✚ ЗУБЫ И РОТОВАЯ ПОЛОСТЬ — разные заболевания.

1. Корневища *аира болотного* в виде настойки или настоя применяют для полоскания рта при зубной боли, альвеолярной пиорее и др. видах разрыхления десен, при плохом запахе изо рта.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, смачивают ею ватку и кладут на больной зуб, боль проходит достаточно быстро.

Настой: 30%-ный, в теплом виде используют для полоскания рта при мн. недугах.

2. При сильной зубной боли делают папиросу из порошка листьев и семян *белены черной* с примесью листьев картофеля или табака. Дымом окуривают больной зуб, и боль стихает. Или в чайник кладут горящие угли, на них посыпают семена или листья белены. Чайник закрывают, а на его носик надевают резиновую трубку, которую подводят к больному зубу так, чтобы была возможность втягивать в рот дым (не вдыхая его), и боль утихает.

3. Траву *барвинка малого* в виде настоя используют для полоскания рта при зубной боли и дурном запахе изо рта.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка.

4. Цветки *бузины красной (бузины сибирской)* в виде горячего настоя используют для полоскания рта при воспалительных процессах и зубной боли.

Настой: 1—2 ст. ложки цветков настаивают час в стакане кипятка и используют для полоскания.

5. Кору *волчегородника обыкновенного* в виде настойки используют для полоскания рта при параличе языка и зубной боли.

Настойка: 2 г коры настаивают в 100 мл водки, 1—2 капли настойки смешивают с чайной ложкой теплой воды, полощут рот и держат настойку 10 минут во рту, потом выплевывают.

Очень ядовито!

6. Траву или корни *горичника лекарственного (горичник болотный)* в виде настойки используют как средство, устраняющее зубную боль.

Настойка 25%-ная на 40°-ном спирте, капают на ватку и кладут на больной зуб, боль утихает.

7. Траву, корневища *гравилата городского* или *речного* в виде настоя или отвара используют для полоскания рта при заболеваниях зубов, кровоточивости десен и воспалениях полости рта и горла.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают в горячем месте в стакане кипятка, иногда кипятят 5—10 минут, используют для полоскания.

8. Кору *дуба обыкновенного* в виде отвара используют для полоскания рта при гингивитах, стоматитах, для укрепления десен и при др. недугах.

Отвар: 1—2 ст. ложки коры кипятят 5—10 минут в стакане воды, настаивают час.

9. Плоды (семена) и листья *дурмана вонючего* в виде настойки или порошка из них применяют для устранения зубной боли.

Настойка: 30%-ная на 40°-ном спирте; ватку, смоченную в настойке, кладут в дупло больного зуба — и боль стихает.

Порошок из сырья кладут в дупло зуба, закрыв ваткой — боль также проходит.

10. Траву *душицы обыкновенной* в виде настойки используют для успокоения зубной боли.

Настойка: 25—40%-ная на 40°-ном спирте; ватку, смоченную в настойке, кладут в дупло больного зуба и боль утихает.

11. Кору *ивы* (чаще *козьей*) в виде настоя принимают внутрь и используют для полоскания рта при гингивитах, стоматитах и катаре верхних дыхательных путей.

Настой: ст. ложку коры настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день; в теплом виде используют для полоскания рта.

12. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя используют для полоскания при воспалительных процессах во рту (воспалении десен, язвах на слизистой рта и горла).

Настой: ст. ложку соцветий настаивают час в стакане кипятка и в теплом виде используют для полоскания.

13. Корни *крапивы жгучей* или *двудомной* в виде настойки применяют при зубной боли.

Настойка: 25—40%-ная на 40°-ном спирте, ватку смачивают настойкой и кладут в дупло больного зуба, боль утихает.

14. Корневища и корни *кровохлебки лекарственной* в виде настойки или отвара используют для полоскания рта при гингивитах, стоматитах, различных кровотечениях и ангине.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте.

Отвар: 1—2 ст. ложки сырья кипятят 30 минут в стакане воды.

15. Траву и корневища *лапчатки прямостоячей* или гу-

еиной в виде настоя или настойки используют для полоскания рта при воспалительных процессах, кровоточивости десен, ангине и др. заболеваниях.

Настой: 20 г — 200 мл.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте.

16. Мед центробежный принимают внутрь при заболеваниях рта и горла, в том числе и при операциях ротовой полости, ранениях, когда прием обычной пищи невозможен.

В таких случаях мед является самой подходящей пищей и оказывает противомикробное, обезболивающее, регенеративное и кровоостанавливающее действие.

В течение дня принимают 150—200 г меда, разделенные на 3—4 порции, разведя его с теплым молоком, чаем или кипятком.

17. Кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде настоя используют для полоскания при зубной боли.

Настой: 2 ст. ложки коры настаивают 1—2 часа в стакане кипятка.

У свежесрезанного короткого бревна осины пробуривают сердцевину, но не до конца. В образовавшуюся полость насыпают немного поваренной соли и затыкают чем-либо (важна плотность пробки). Бросают бревно в огонь и, не дав ему догореть до конца, высыпают из полости пропитанную соком соль. Эту соль кладут на больной зуб или разводят в соотношении 1 : 10 теплой кипяченой водой или водкой для полоскания рта.

18. Молодые (клейкие) листочки *ореха грецкого* в виде настоя используют для полоскания рта при зубной боли, гингивитах и ангине.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают час в стакане кипятка.

19. Два-три раза в день, задолго до еды, на протяжении недели и более больной берет в рот ст. ложку теплого *подсолнечного масла* и энергичными движениями губ и щек гоняет это масло 15—20 минут во рту, особенно под языком. После этого вместо желтой массы выплескивается в унитаз кипенно-белая жидкость. Немедленно после этого рот прополаскивают теплой кипяченой водой.

Глотать нельзя ни капли!

Этим способом лечат инфекционные и др. заболевания ротовой полости (зубные боли, гингивиты, ангины и др. воспалительные процессы) и внутренних органов.

20. Цветущие ветки *полыни «божье дерево»* в виде сгущенного настоя используют для полоскания рта при зубной боли.

21. При всех заражениях полости рта и горла очень полезно принимать чистый *прополис*, продолжительно жуя. Срок излечения — от нескольких часов до 4—5 суток.

При остром заболевании полезно жевать прополис в течение дня, без спешки, с постепенным проглатыванием. В день можно принимать до 20 г чистого прополиса с постепенным уменьшением до 5 г в день.

5%-ной прополисной вытяжкой на 70°-ном спирте смазывают хронически рецидивирующие афты во рту. Эта процедура дает хорошие результаты, обычно боль исчезает через сутки, позволяя больному принимать пищу, а сами афты исчезают через 3 дня.

2—5%-ную настойку прополиса на 70°-ном спирте в стоматологии используют как обезболивающее средство при удалении зубов, корней и др. операциях в ротовой полости (афтах, эрозиях и язвах).

22. Если во рту вместо зубов одни «пеньки», в деснах рта гнилые корни от бывших зубов, а адские боли никакими средствами унять невозможно, полезно регулярно принимать *солод*.

Приготовление солода: зерно пшеницы, ржи и кукурузы моют и помещают в один слой между двумя слоями льняной или хлопчатобумажной ткани, хорошо промоченной в теплой воде, и оставляют при комнатной температуре +22°...+24°С. Верхнюю ткань периодически увлажняют до появления (прокалывания) ростков. Обычно они появляются через 1—2 суток. Проростки целебны и вкусны, если они не более 1 мм высотой. Их быстро высушивают, превращают в муку и добавляют в повседневную, лучше вегетарианскую пищу, салаты, кисели и т. д. Если порошок из этого солода засыпать в стакан со свежевскипяченным молоком или кипятком, получится кисель или каша, которые принимают как активный биостимулятор

для всего организма, в том числе и при заболеваниях зубов и десен.

В алюминиевой посуде солод готовить нельзя!

23. Корнеплод *репы огородной* в виде отвара используют для полоскания рта при зубной боли.

Отвар: 2—3 ст. ложки измельченного корня кипятят 15 минут в стакане воды.

24. Корнеплод *редьки посевной (черной)* помогает при параличе языка, его надо продолжительно жевать.

25. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя используют для полоскания рта при ангине, стоматите и язвах во рту.

Настой: 2 ст. ложки соцветий настаивают час в стакане кипятка и полощут рот.

26. Свежую красную свеклу в виде сока или ломтика кладут в рот у больного зуба для уменьшения зубной боли.

27. Траву *синеголовника полевого* в виде настоя или настойки используют для полоскания рта при зубной боли.

Настой: 20 г — 200 мл, настаивают 2 часа.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте.

28. Плодоножку *тыквы обыкновенной* превращают в порошок, смачивают водой и кладут в дупло больного зуба. Боль исчезает надолго, до крошения зуба.

29. Свежеперетертый зубок или два *чеснока посевного* привязывают к запястью руки, где прощупывается пульс, противоположно зубной боли, т. е. когда зубная боль ощущается на левой стороне, перетертый чеснок привязывают к пульсу правой руки, и наоборот.

30. *Чеснок посевной* в чистом виде или смесь сока его с медом применяют для лечения ларингита, стоматита и туберкулеза горла.

Применение: зубок чеснока надкусывают и держат (пожевывая сок) во рту максимально долгое время с последующим многократным повторением.

Свежеприготовленный сок чеснока смешивают в водяной бане 1 : 1 с медом и 1/2 чайной ложки смеси держат во рту, медленно проглатывая, как бы смазывая горло, с многократным (без ограничения) повторением, при ларингите, стоматите и туберкулезе горла.

Противопоказаны препараты чеснока при гиперацидных гастритах и некоторых др. заболеваниях.

31. Цветков *гречихи посевной* — 10 г, цветков *мака*, цветков *мать-и-мачехи*, травы *медуницы*, цветов *просвирника лесного* — по 10 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,6 л кипятка и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при ларингите, катаре горла и сиплом голосе.

32. Корневищ *аира* — 10 г, коры *дуба* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г, листьев *шалфея лекарственного* — 8 г.

Весь сбор настаивают час и более в литре кипятка, используют в горячем виде для полоскания (без обжигания) рта при опухолях языка (иногда и трещинах на нем) с ознобом, повышенной температурой и затрудненным глотанием.

33. Корневищ *аира* — 10 г, цветков *ромашки аптечной* — 15 г, листьев *шалфея* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, используют для полоскания в горячем виде при зубной боли, ларингите и фарингите.

34. Листьев *крапивы двудомной* — 20 г, корневищ *лапчатки прямостоячей* — 15 г, измельченных плодов *укропа* — 10 г, листьев *шалфея лекарственного* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и используют в горячем виде для полоскания рта при ангине, ларингите и стоматите.

35. При невыносимой зубной боли необходимо смочить ватку своей мочой и вложить ее в дупло больного зуба или полоскать рот старой или свежей своей мочой в течение 3—5 минут, иногда несколько раз — и боли исчезнут.

36. При парадонтозе и шатающихся зубах необходимо полоскать рот в течение 5—10 минут своей мочой и принимать ее внутрь максимум в течение 4—5 недель — десны и зубы окрепнут.

На время лечения в рационе питания больного следует ограничить твердую пищу и мясные блюда.



✦ **ИЗЖОГА** — кислотный рефлекс, т. е. часть пищеварительных соков, имеющихсЯ в желудке, попадает из желудка по пищеводу в рот и вызывает сильное жжение пищевода и полости рта, не имеющих защиты от желудочного сока, как желудок.

1. Корневища *аира болотного* в виде порошка принимают внутрь при изжоге любого происхождения.

Принимают порошок по 0,2—0,6 г, запивая теплой кипяченой водой.

2. Кору *березы белой* в виде золы из нее принимают при изжоге любого происхождения.

1/2 чайные ложки этой золы на прием, запивая теплой кипяченой водой.

3. Корень *горечавки желтой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта и упорной изжоге.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 50%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

4. Корневища *имбиря лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при чувстве тяжести в области желудка, изжоге, тошноте.

Настой: чайную ложку измельченных корневищ настаивают 23 часа или ночь в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя.

5. Листья или кору *караганы древовидной* в виде настоя

принимают внутрь при изжоге, заболеваниях печени и головной боли.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Уголь в порошке из *тополя черного (осоко́ря)* принимают внутрь при изжоге, тошноте, хлорозе и нервных спазмах желудка.

Принимают по 1/2 чайной ложки порошка на прием, запивая теплой кипяченой водой.

7. Плоды *укропа пахучего* в виде настоя или порошка принимают внутрь при изжоге, тошноте и метеоризме.

Настой: 2—3 чайных ложки измельченных плодов настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 4—5 раз в день.

Порошок из плодов принимают по 2—3 г (на кончике ст. ножа), запивая теплой кипяченой водой при изжоге.

8. *Яблочный уксус* в виде раствора принимают внутрь при изжоге даже тогда, когда и так проблемы с кислотой в желудке.

Раствор: чайную ложку уксуса размешивают с 1/2 стакана теплой кипяченой воды и принимают глотками.

✚ **ИКОТА** — возникает рефлекторно, в основном при заболеваниях внутренних органов. Следует искать и устранять первопричину этого недуга.

1. Семена и листья *дурмана вонючего* в виде порошка или настойки принимают внутрь при постоянной и упорной икоте.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды.

Порошок из листьев принимают на кончике ножа (не более 0,1 г) на прием, запивая теплой кипяченой водой.

Препараты очень ядовиты! Будьте осторожны!

2. Цветки, иногда цветущую траву *икотника серого* (*серо-зеленого*) в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее средство при нервной икоте.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждые 2 часа при икоте, удушье и др. недугах или по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день.

3. При икоте, для устранения ее, больному в спокойной обстановке создают микростресс — легкий, игривый испуг.

4. При икоте задержите дыхание, сцепите кисти рук за спиной и, наклонившись, сделайте несколько глотков воды из стакана, стоящего на табуретке, — икота прекратится сразу.

5. При постоянной икоте утром, после пробуждения, за 1,5—2 часа до еды, следует выпивать стакан холодной кипяченой воды в течение 15 дней. Обычно икота проходит через 3—5 дней, но подобную процедуру следует продолжить, чтобы восстановить обменный процесс в организме.

✦ ИМПОТЕНЦИЯ — нервные, физические и структурные изменения в организме.

1. Листья *алоэ древовидного* в виде экстракта или его смеси принимают внутрь как биогенный стимулятор для истощенного организма.

Смесь: 150 мл биостимулированного сока (допускается и свежий) из листьев алоэ, смешивают в водяной бане с 250 г меда и 350 мл кагора или коньяка и принимают по 1—2 ст. ложки этой смеси 3—4 раза в день до еды.

2. Корень *аралии маньчжурской* (*чертового дерева*) в виде настойки принимают внутрь как более эффективный стимулятор центральной нервной системы. Настойку эту рекомендуют в качестве тонизирующего средства при нервных и психических заболеваниях (неврастения, об-

щая астения, психастения), а также при гипотонии и импотенции.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Препараты аралии противопоказаны при повышенной возбудимости, бессоннице и гипертонической болезни.

3. Траву *астрала пушистоцветкового* или *датского* в виде настоя принимают внутрь как тонизирующее средство при многих сердечных и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 3—4 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Цветущую траву *барвинка малого* в виде настойки принимают при импотенции и др. недугах.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 8—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды утром и вечером, задолго до еды, в течение 4 дней, делают двухдневный перерыв и опять принимают.

5. Корневища и корни (реже траву) *горечавки легочной* (*синий зверобой*) в виде отвара принимают внутрь при физическом и нервном истощении.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10 минут в стакане воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3 раза в день до еды.

6. Траву *горца птичьего* (*спорыша*) в виде настоя регулярно принимают продолжительное время при нервном и физическом истощении и в пожилом возрасте как тонизирующее средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз до еды.

7. Траву *заячьей капусты* (*очитка пурпурового*) в виде настоя принимают внутрь при физическом истощении, импотенции и женском бесплодии.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 4 часа в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1—2 ст.

ложки настоя 3—4 раза в день (лучше в 1/2 стакана сывротки) до еды.

8. Корневища *заманихи высокой* в виде настойки принимают внутрь при нервных психических заболеваниях, сопровождающихся угнетением нервной системы, пониженной работоспособности, импотенции и др. недугах.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого чая или кипятка 2—3 раза в день до еды.

9. Корень *золотого корня (родиолы розовой)* в виде настойки принимают внутрь как ярко выраженное психостимулирующее и адаптогенное средство при нервном и физическом истощении, импотенции и др. недугах.

Настойка: 1 : 1 на 40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2, реже 3 раза в день до еды.

10. Плоды (орехи) *кедра сибирского*. Если есть возможность давать детям и взрослым ежедневно по горсти орехов, то этим можно значительно повысить устойчивость организма против мн. заболеваний, увеличить долголетие человека. Кедровые орехи восстанавливают мужскую силу и возвращают человеку бодрость.

11. Корнеплод *лука репчатого* средней величины принимают на ночь. Это возбуждает половое влечение и стимулирует выработку спермы.

12. Корни *левзеи сафлоровидной (маралий корень)* в виде настойки принимают внутрь при физическом переутомлении, упадке сил, импотенции и др. недугах.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

13. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, *алкоголем* принимают регулярно внутрь как активный биостимулятор всего организма; омолаживает и возвращает былую потенцию.

Применение: за 1—1,5 часа до еды свежее молочко, 20—30 мг (на кончике ст. ножа) 3—5 раз в день кладут под язык и держат до полного растворения или смешивают

30 мг этого молочка с 1/2 стакана теплого молока и принимают 3—5 раз в день до еды.

Смесь: 1—2 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, 1/4 чайной ложки этой смеси за 1—1,5 часа до еды 3—5 раз в день кладут под язык и держат до полного растворения или смешивают (что хуже) с 1/2 стакана теплого молока и выпивают задолго до еды 3—5 раз в день.

Настойка: 5%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель на 1/2 стакана теплого молока 3—5 раз в день, задолго до еды. Подъязычный прием препаратов из молочка более результативен.

14. Корень *пастернака обыкновенного (белый корень)* в виде настоя принимают внутрь как общетонизирующее и возбуждающее половую функцию средство.

Настой: 1—2 ст. ложки свежемельченного корня и 3 чайных ложки сахарного песка настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана настоя 3/4 раза в день до еды.

15. Траву *пустырника сердечного* в виде сока принимают при нервных, сердечных заболеваниях и импотенции.

Свежеприготовленный сок принимают по 30—40 капель на 1/2 стакана теплого чая или молока 3—4 раза в день до еды.

На зиму свежий сок консервируют: сок — 2 части, 70°-ный спирт — 3 части; принимают по 20—30 капель на 1/2 стакана теплого чая, кофе или молока.

16. *Пшеницу посевную* в виде солода принимают внутрь как активный биостимулятор при мн. заболеваниях, в том числе и импотенции.

Приготовление и прием солода см. в разделе «Зубы и ротовая полость», № 22.

17. Корни *сельдерея пахучего* в виде свежеприготовленного сока принимают внутрь при импотенции и мн. др. недугах. Сок принимают по 1—2 чайных ложки 2—3 раза в день до еды.

18. Корни *синеголовника плосколистного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях дыхательных путей и как тонизирующее средство для всего организма.

Настой: 2—3 ст. ложки корней настаивают ночь в 0,5 л кипятка или варят 10—15 минут (отвар) и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Листья и семена *стеркулии платанолистной* в виде настойки принимают внутрь как тонизирующее средство при нервном и физическом истощении, астенических состояниях и импотенции.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 25—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

На ночь настойку принимать не рекомендуется.

20. Корни *элеутерококка колючего* в виде настойки принимают внутрь как средство, способствующее ускоренному восстановлению сил при физическом и умственном переутомлении, общей слабости и импотенции.

Настойка: 50%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 25—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды или по чайной ложке настойки на 1/2 стакана теплого чая или молока 2—3 раза в день до еды в течение 30 дней.

21. Молодые корнеклубни *ятрышника* любого вида в виде настоя принимают внутрь как средство, стимулирующее и укрепляющее силы истощенного организма, при нервном и половом бессилии и старческом истощении.

Настой: 2 ст. ложки измельченных клубней (лучше в порошок) настаивают час в стакане кипятка или молока, взбалтывают до густоты сметанообразной массы и принимают по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

22. При импотенции и бездетности положительные результаты дает *уриноterapia*. Необходима вегетарианская пища и регулярный прием собственной мочи (желательно среднюю порцию) по 2/3—1 стакану 3—4 раза в день за час до еды.

Этот метод лечения создает прилив энергии в организме в виде потенции и омолаживает его.

23. При импотенции, когда вышеизложенные рекомендации неприемлемы или не дают результата, необходимы инъекции собственной стерилизованной мочи по 1—2 мл 3—6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра.

❖ **ИНФАРКТ ЛЕГКОГО** — некроз участка паренхимы легких, возникающий в результате закупорки ветвей легочной артерии. Чаще всего связан с эмболией или тромбозом периферических вен, иногда протекающими скрыто. Массивная эмболия легочной артерии может привести к молниеносной смерти. Профилактика состоит в мероприятиях, предупреждающих развитие тромбоза вен и сосудов нижних конечностей.

1. Цветки *боярышника обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь при спазмах и атеросклерозе сосудов.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—25 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

2. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, тромбозах и закупорке вен.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждый час.

3. Цветки и листья *гречихи посевной* принимают продолжительное время в виде настоя при склерозе сосудов с повышением давления.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают час и более в 0,5 л кипятка и пьют как чай (можно с медом по вкусу) без дозировки.

4. Цветки, кору и плоды *каштана конского* в виде настойки принимают внутрь, а мазь используют наружно для профилактики и лечения всех видов атеросклероза, тромбоза и тромбоза.

Настойка цветов: 50 г на 500 мл водки, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка коры: 30 г на 500 мл спирта или водки, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Мазь: порошок из плодов смешивают в равных количествах путем подогрева с несоленым жиром, намазывают тонким слоем на марлю и прикладывают к больному месту.

5. Кору *лещины обыкновенной* в виде настоя принимают

внутри при расширенных венах, перифлебитах, язвах голени и капиллярных геморрагиях.

Настой: 2 ст. ложки коры настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *пустырника сердечного* в виде настойки принимают внутри при заболеваниях нервной и сердечно-сосудистой системы и как средство, расширяющее кровеносные сосуды и облегчающее давление атеросклероза.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

7. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка, иногда настойки, принимают внутрь для профилактики и лечения всех видов кровоизлияний и при атеросклеротическом повреждении стенок сосудов, их ломкости и проницаемости.

Порошок из сырья (лучше плодов) принимают по 0,3—0,5 г 3—4 раза в день, запивая теплым настоем шиповника, до еды.

Настойка: 20%-ная из плодов или бутонов, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—5 раз в день до еды.

8. При тромбозах в сосудах, предынфарктном состоянии в легких и др. подобных заболеваниях больного переводят на полное голодание, достаточно продолжительное, или на одноразовое питание вегетарианской пищей с обязательным приемом внутрь по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день за час до еды его мочи и отстоянной воды, подкисленной яблочным уксусом.

Наружно (обязательное условие этой терапии) производят массаж (растирание) икроножных мышц и подошв ног в течение двух и более часов два раза в день теплой мочой больного. После растирания на это места ставятся теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного или хлопчатобумажного полотна, хорошо пропитанного теплой мочой больного. Сверху эти компрессы накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой плен-

кой, потом укутывают, по мере высыхания их увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой.

Время такой голодной терапии варьируется, в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—10 недель, реже — больше. Максимальный объем времени лечения достаточно быстро (особенно при полном голодании) очищает стенки сосудов от шлаков, делает кровь менее вязкой (заменит антикоагулянт), увеличит приток крови в легочные артерии и предотвратит инфаркт легкого.

✦ **ИНФАРКТ МИОКАРДА** — некроз (омертвление) мышцы сердца, возникающий вследствие острой закупорки коронарных артерий тромбом или острого спазма их. Чаще всего возникает у лиц, страдающих атеросклерозом и гипертонической болезнью, особенно у мужчин в возрасте 40—60 лет.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при мн. сердечных заболеваниях и всех стадиях гипертонической болезни.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. *Баклажаны обыкновенные* используют в лечебном питании при атеросклерозе как средство, снижающее содержание холестерина в крови и стенках сосудов и увеличивающее выведение из организма с мочой солей мочевой кислоты.

Принимают их в любом виде и без ограничения, лучше с минимальной термообработкой.

3. Кору корней, корни или листья *барбариса обыкновенного* в виде отвара или настойки принимают внутрь как средство, снижающее давление крови, замедляющее сокращения сердца и увеличивающее их амплитуду.

Настойка коры или корня: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Отвар: 1—2 чайные ложки коры или корня кипятят 5 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

4. Траву *барвинка малого* в виде отвара принимают внутрь при продолжительной головной боли, головокружении, гипертонии и как средство, снижающее сахар в крови.

Отвар: 1—2 ст. ложки травы варят 20 минут в стакане воды и принимают по 2—3 ст. ложки отвара 3—4 раза в день до еды.

5. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклеротическом тромбозе и закупорке вен.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждый час.

6. Семена и траву *галеги лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как антикоагулянт при атеросклерозе и гипертонии.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 2 часа.

7. *Горчицу сарептскую* (семена) в виде порошка для горчичников или горчичных ванн используют наружно для рефлекторного воздействия на функцию кровообращения при гипертонических кризах, угрожающем инсульте и стенокардии. Горчичники прикладывают на грудь, в область затылка, сердца и икроножных мышц.

8. Плоды *гороха посевного* в виде порошка принимают внутрь как средство, богатое глютаминовой кислотой, которая улучшает питание клеток головного мозга и лечит атеросклероз.

Принимают порошок по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз до еды, запивая теплой кипяченой водой.

9. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии, нервных заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л

кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Все растение (траву и корневища) *земляники лесной* в виде отвара принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии и мн. др. заболеваниях.

Отвар: 2 ст. ложки отвара кипятят 15—20 минут в 0,5 воды, настаивают и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

11. Траву *желтушника серого* и др. видов, иногда цветки и семена, в виде настойки или настоя принимают внутрь при сердечной недостаточности с нарушением кровообращения как средство неотложной помощи при расстройстве функции сердечно-сосудистой системы.

Настойка цветков и семени: 10%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды, иногда принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды в острый период инфаркта миокарда.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при острой и хронической недостаточности сердечно-сосудистой системы с тяжелыми нарушениями кровообращения.

12. Кору молодых ветвей *каштана конского* в виде настойки или порошка принимают внутрь при варикозном расширении вен, тромбозах как средство, снижающее свертываемость крови, предотвращающее образование тромбов и рассасывающее уже образовавшиеся.

Настойка: 30—40 г коры настаивают 7 и более дней в 0,5 л водки и принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды для предупреждения тромбообразования.

Порошок коры принимают по 1/3—1/2 чайной ложки, запивая теплой кипяченой водой, каждые 2—3 часа.

13. *Кукурузное масло* благодаря его способности понижать количество холестерина в крови рекомендуется принимать для профилактики и лечения атеросклероза. Принимают масло по 1 чайной ложке 3—4 раза в день до еды.

14. Плоды (орехи) *лещины обыкновенной* показаны для приема внутрь без ограничения при атеросклерозе и его последствиях — инфаркте сердца и мозга.

15. *Лук репчатый* в виде сока с медом в равных частях широко употребляют для профилактики и лечения атеросклероза. Принимают смесь по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

16. *Маточное (пчелиное) молочко*, а также смесь его с медом, алкоголем применяют подязычно и принимают внутрь при атеросклерозе, тромбозе сосудов, предынфарктном состоянии или после перенесенного инфаркта, общей старческой слабости как средство, положительно влияющее на состав крови (белки, соли, гемоглобин, холестерин, эритроциты, мочева кислота и т. д.) и тонизирующее весь организм.

Применение: свежее молочко, 20—30 мг (на кончике ст. ножа), 3—4 раза в день за час и более до еды кладут под язык и держат до полного растворения.

Смесь: 10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда; 1/4 чайной ложки смеси 3—5 раз в день задолго до еды кладут под язык и держат до полного растворения или смешивают с 1/2 стакана (что хуже) теплого молока и выпивают 3—5 раз в день до еды.

Настойка: одну часть молочка смешивают с 20 частями водки и принимают по 10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

17. Почки и листья *маслины обыкновенной* в виде настойки принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии и др. заболеваниях.

Настойка: 40%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 40 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

18. *Мед* благодаря своему сложному витаминному и белковому составу благотворно влияет на кроветворную систему, расширяет кровеносные сосуды сердечной мышцы, усиливает приток кислорода в ткани и улучшает обменные процессы клеток. Лечение сердечно-сосудистых заболеваний медом можно сочетать со средствами из фито-

терапии, что намного ускорит выздоровление. При заболеваниях сердца мед можно употреблять только небольшими порциями — по чайной или ст. ложке 2—3 раза в день с молоком, творогом или соками.

19. Веточки с листьями *омелы белой* в виде настоя, настойки или порошка принимают внутрь при атеросклерозе, сопровождающемся головокружениями и головной болью, гипертонической болезни и сердечной астме.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—50 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды в течение 3—4 недель.

Порошок из листьев принимают по 0,5—2 г 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

20. Ядра *ореха грецкого* с медом или сами по себе принимают внутрь по 100 г в день при атеросклерозе, гипертонии, кардиосклерозе и др. заболеваниях.

Молодые (клеякие) листочки этого ореха принимают как чай в качестве вспомогательного средства.

Чай: ст. ложку листьев настаивают час и более в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу без ограничения.

21. Масло *подсолнечника обыкновенного* рекомендуется принимать внутрь при атеросклерозе, заболеваниях печени и др.

Масло принимают по 1 чайной или ст. ложке 2—3 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

22. При атеросклерозе, сердечно-сосудистых и др. заболеваниях ежедневно, желательно 3 раза в день задолго до еды, можно на ночь, на протяжении 1—2 месяцев нужно брать в рот ст. ложку чистого масла (*подсолнечного*) и энергичными движениями губ и щек гонять его во рту, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов. Таким образом взбалтывают его в течение 15—20 минут, пока оно не станет белым, как молоко. Эту кипенно-белую массу вы-

плевывают, не глотая ни капли. Затем рот тщательно полощут теплой водой. В процессе этого метода лечения пользуются и др. рекомендациями. Комплексный подход к лечению намного ускорит выздоровление.

23. Траву *наслена черного* в виде настоя принимают как средство, понижающее давление крови и расширяющее кровеносные сосуды.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Чистый *прополис* регулярно принимают внутрь в небольших порциях (4—6 г в день), продолжительно жуя, что способствует улучшению состава крови, делает ее менее вязкой и излечивает мн. заболевания, в том числе атеросклероз и его последствия (гипертонию, головные боли, тромбофлебиты и эндартерииты).

25. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при мн. сердечно-сосудистых заболеваниях, атеросклерозе и гипертонии как средство, расширяющее кровеносные сосуды и успокаивающее нервную систему.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

26. Плоды *рябины красной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, а кору ее в виде настоя — при гипертонии.

Сок из плодов принимают по 1/4 стакана (можно с медом по вкусу) 3 раза в день до еды.

Настой 1 (из плодов): 50%-ный на теплой кипяченой воде, принимают (можно с медом по вкусу) до 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настой 2: 2 ст. ложки коры настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

27. Плоды *смородины черной* в виде сока из них или настоя принимают внутрь для профилактики и лечения атеросклероза и гипертонии.

Свежую тертую ягоду смородины смешивают 1 : 3 с медом или сахаром и принимают 1—2 ст. ложки смеси с чаем из ее листьев 3—5 раз в день до еды.

Медовый напиток из плодов этой смородины: 600 г ягод перетирают через сито, добавляют 5 ст. ложек меда, перемешивают в водяной бане и принимают по ст. ложке смеси (лучше с настоем-чаем из ее листьев) 3—5 раз в день до еды.

28. Плоды и нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде настоя, настойки или порошка принимают внутрь при всех видах кровоизлияний, при которых налицо повышенная ломкость и проницаемость капилляров, атеросклерозе, и мн. др. заболеваний.

Настой: 1—2 ст. ложки измельченных плодов или цветков, добавляют 10—15 плодов шиповника, настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—4 раза в день до еды.

Порошок из плодов (что предпочтительнее) или бутонов принимают по 0,2—0,5 г (1/3 чайной ложки), запивая теплым настоем из плодов шиповника, 3—4 раза в день до еды.

29. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя принимают внутрь как средство, расширяющее кровеносные сосуды, умеренно снижающее давление крови, успокаивающее головные и сердечные боли.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают два часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

30. Черенки (плодоножки) *тыквы культурной* в виде порошка или отвара принимают внутрь как сильное мочегонное средство при отеках любого происхождения, а в смеси с листьями *омелы белой* — при гипертонии.

Порошок принимают по 1/2 чайной ложки 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

Отвар: 1—3 измельченных черенка (15—20 г) кипятят 15 минут в 2 стаканах воды и выпивают (можно с медом по вкусу) в течение дня глотками. Если в этот отвар после кипячения добавить 1—2 чайные ложки листьев омелы и настоять, то можно принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день при атеросклерозе и гипертонии.

31. Траву (побеги) *хвоща полевого* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе и гипертонии как средство, поддерживающее чистоту и эластичность стенок сосудов.

Настой: 2 ст. ложки побегов настаивают два часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

32. Корневища с корнями *чемерицы Лобеля* в виде порошка или настойки принимают в очень малых дозах внутрь как средство, быстро понижающее повышенное давление крови (тяжелые формы гипертонии).

Порошок принимают по 0,2—0,4 г, запивая теплой кипяченой водой.

Настойка: 1 часть измельченных корневищ настаивают 5 дней в 120 частях спирта или водки, смешивают ст. ложку настойки со стаканом теплой кипяченой воды и принимают глотками.

Препараты чемерицы ядовиты, очень! Будьте внимательны при приеме!

33. При атеросклерозе, гипертонии, миокардите и пороке сердца 200 г луковиц *чеснока* быстро очищают от шелухи и перетирают через мелкую терку, высыпают в темную бутылку и заливают 200 мл 96°-ного спирта, настаивают 10 дней. Фильтруют через плотное льняное полотно и принимают настойку каплями в смеси с 50 мл свежего молока за 30 минут до еды 3 раза в день в следующем порядке:

1-й день: 1 каплю экстракта с молоком (до завтрака), 2 капли до обеда и 3 капли до ужина.

2-й день: 4 капли до завтрака, 5 капель до обеда и 6 до ужина.

3-й день: 7, 8, 9 капель, дойти до 15 капель к концу 5-го дня.

6-й день: перейти на снижение — 15, 14, 13 капель; и так доводят до 1 капли перед ужином.

На 11-й день и последующие дни принимают по 25 капель экстракта с 50 мл свежего молока 3 раза в день за 30 минут до еды, пока не будет принят весь экстракт.

Напоминаем, экстракт разводится только на молоке, др. жидкости не подходят. Лечение производится без перерыва, регулярно.

Препараты чеснока противопоказаны при гиперацидных гастритах и заболеваниях поджелудочной железы.

34. При атеросклерозе, гипертонии и др. заболеваниях, если рекомендация № 33 для больного неприемлема, можно принимать 40%-ную настойку чеснока на 70°—40°-ном спирте по 10—20 капель на 50 мл теплого молока или кипятка 2—3 раза в день, лучше до еды.

Противопоказания препаратам из чеснока — см. № 33.

35. Травы *астрагала нушистоцветкового* — 10 г, коры *барбариса* — 10 г, травы *барвинка* — 20 г, листьев *ежевика* — 15 г, коры *каштана* — 10 г, травы *пустырника* — 10 г, *прополиса* чистого и измельченного — 20 г, плодов *софоры* — 10 г, травы *спорыша* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г.

Смесь: порошок из этого сбора в водяной бане смешивают с двукратным объемом меда, тщательно промешивая до полного остывания смеси. Принимают по чайной ложке на стакан горячего молока или чая 2—3 раза в день за час до еды при атеросклерозе, гипертонии и заболеваниях сердца.

36. Цветков *боярышника* — 10 г, листьев *омелы белой* — 10 г, травы *пустырника* — 10 г, травы *сушеницы болотной* — 10 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при миокарде и предынфарктном состоянии сердца.

37. Цветков *гречихи посевной* — 30 г, семян *моркови*

культурной — 20 г, травы *лапчатки гусиной* — 30 г, корней *одуванчика* — 20 г, травы *проломника нитевидного* — 10 г, соцветий *тысячелистника* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, плодов *шиповника* — 30 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе и гипертонии.

38. При нервных перенапряжениях, гипертонии, нарушении функции сердечно-сосудистой системы и в предынфарктном состоянии в народной медицине используют 5%-ную настойку *йода*, которую принимают в смеси с 1/2 стакана теплого молока 1 раз в день за час до еды в таком порядке.

В первый день выпивают натошак 3 капли настойки, смешанной с 1/2 стакана теплого молока, во второй — 4 капли с молоком, в третий — 5 капель, в четвертый — 6, в пятый — 7, в шестой — 8, в седьмой — 9, в восьмой — 10, в девятый — 11, в десятый — 12, в одиннадцатый — 13, в двенадцатый — 14, в тринадцатый — 15, в четырнадцатый — 16, в пятнадцатый — 17, в шестнадцатый — 18, в семнадцатый — 19, в восемнадцатый — 20 капель на 1/2 стакана теплого молока.

После приема 20 капель йода количество на прием снижают, например: на девятнадцатый день приема смешивают 19 капель йода, на двадцатый — 10, на двадцать первый — 17 и т. д.

Повторение курса лечения допустимо только через год.

39. При атеросклерозе, гипертонии, тромбозе сосудов, головных и сердечных болях, связанных с зашлакованностью сосудов, когда были применены мн. вышеописанные рекомендации, а результаты не удовлетворяют, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, одноразовый прием вегетарианской пищи или натуральных соков с медом по вкусу, но с обязательным приемом внутрь собственной мочи, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

40. При всех вышеописанных заболеваниях, когда ре-

комендации для больного неприемлемы, предлагаем *ури-нотерапию*, достаточно быстро очищающую и исцеляющую весь организм, независимо от заболевания, при условии, что все ее правила будут соблюдены. Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по $2/3$ —1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды. В начальный период следует принимать среднюю порцию своей мочи в таком же объеме, потом всю.

Наружно (обязательное условие этой терапии) необходимо делать продолжительный массаж (натираие) шеи, спины, груди, икроножных мышц и подошв ног теплой мочой больного в течение двух и более часов 2 раза в день. После массажа на грудь, шею и ноги ставятся компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, хорошо пропитанного теплой мочой больного. Сверху эти компрессы накрывают слоем пропарафиненной бумаги или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания их увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой его. Если количества мочи для растирания тела у больного недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, но компрессы ставятся только с использованием мочи больного.

Если полное голодание ему противопоказано, то лечить массажем и компрессами. Следует помнить, что даже одноразовое питание намного удлиняет время выздоровления.

Время такой голодной терапии варьирует в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—10 недель.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

✦ ИСТОЩЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЕ (алиментарная дистрофия).

1. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде настоя принимают внутрь при нервном и физическом истощении для повышения жизненного тонуса организма.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке в течение дня, лучше до еды.

2. Корень *аралии маньчжурской* в виде настойки или порошка принимают внутрь при заболеваниях, истощающих организм, как тонизирующее средство.

Настойка: 10%-ная на 70°-ном спирте, принимают внутрь по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Порошок из корня принимают по 0,05 г (на кончике ст. ножа) 2 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

3. Траву *астрагала датского (нарушенец)* в виде настоя из свежей травы принимают внутрь как тонизирующее средство.

Настой: 2 ст. ложки измельченной травы настаивают 4 часа в 300 мл теплой кипяченой воды и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Траву и корни (растение, собранное во время цветения) *горечавки легочной (синий зверобой)* в виде настоя или корня в виде отвара принимают внутрь при физическом и нервном истощении, частых обмороках и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Корневища с корнями *заманихи, высокой* в виде настойки принимают каплями при нервном и физическом истощении, чувстве усталости, пониженной работоспособности и др. недугах.

Настойка: 2 ст. ложки корневищ настаивают 10 дней в 200 мл 40°-ного спирта и принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

6. Плоды (орехи) *кедра сибирского*. Если есть возможность, давать детям и взрослым ежедневно по горсти орехов, этим можно значительно повысить устойчивость организма против ряда заболеваний, увеличить долголетие человека.

7. Траву *лапчатки двувильчатой (двухлопастной)* в виде настоя принимают без ограничения как общеукрепляющее средство при заболеваниях, истощающих организм.

Настой: 2—3 ст. ложки травы (иногда и всего растения) настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) в теплом виде без ограничения.

8. Корни и корневища *левзеи сафлоровидной* в виде настойки или экстракта принимают внутрь как тонизирующее и повышающее работоспособность средство при нервном и физическом истощении.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Экстракт: 1 : 1 на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

9. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают внутрь (но лучше подязычно) при заболеваниях, истощающих организм, нервном и физическом истощении, преждевременном старении организма.

Маточное молочко в чистом виде 30 мг (на кончике ст. ножа) за час до еды кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день.

Смесь: 10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, промешивают до полного остывания и 1/4 чайной ложки смеси принимают подязычно или смешивают 1/2 чайной ложки этой смеси с 1/2 стакана теплого молочка и принимают внутрь 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 1 часть молочка смешивают с 20 частями 40°-ного спирта и принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день за час до еды.

10. Мед следует принимать регулярно по 100—120 г в день (лучше до еды), разделив на три порции. Регулярный прием предохранит организм от мн. заболеваний, устранил уже имеющиеся, укрепит организм в целом и удлинит жизнь.

Принимать мед так: 30 г утром, смешав с молоком или чаем, 40—50 г днем и 30—40 г вечером для взрослых, детям по 30—40 г в день в смеси с чаем или молоком.

Более высокие дозы пресыщают организм, приводят к чрезмерной деятельности поджелудочной железы.

11. Цветущую траву *овса посевного* в виде настойки из свежего растения принимают внутрь как тонизирующее средство при нервном, умственном и физическом истощении, плохом аппетите и бессоннице.

Зерно (крупы) овса принимают внутрь в виде отвара с медом по вкусу как питательное средство для людей, ослабевших после изнурительных болезней.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—4 раза в день до еды.

Отвар крупы произвольной концентрации, принимают с медом по вкусу без ограничения 3—5 раз в день до еды.

12. Веточки с листьями *омелы белой* в виде чая принимают внутрь для повышения жизненного тонуса ослабевшие люди пожилого возраста, а при головокружениях — любого возраста.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

13. Корень *пастернака обыкновенного (белый корень)* в виде свежеприготовленного сока с медом по вкусу и настой принимают внутрь как тонизирующее средство при длительных и изнурительных заболеваниях и для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

Свежеприготовленный сок из корня с медом по вкусу принимают по ст. ложке 3—4 раза в день до еды.

Настой: 2 ст. ложки свежемолотого корня и 2 чайные ложки сахарного песка заливают 2 стаканами теплой кипяченой воды, настаивают 8 часов и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Корневища *родиолы розовой (золотого корня)* в виде настойки или экстракта принимают внутрь как общеукрепляющее и тонизирующее средство при функциональных заболеваниях нервной системы, нервном и физическом истощении, особенно после перенесенных длительных и изнурительных заболеваний, и гипотонии.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплого молока, чая или кипятка 2—3 раза в день до еды.

Экстракт: 1 : 1, на 40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель на ст. ложку теплого молока, чая или кипятка 2—3 раза в день до еды.

Противопоказаны препараты из родиолы при резко выраженных симптомах нервных заболеваний и истощаемости корковых клеток.

15. Листья *рододендрона душистого* и *рододендрона золотистого* в виде настоя или отвара принимают внутрь как тонизирующее средство при нервном и физическом истощении.

Настой: чайную ложку листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

При неумеренном потреблении настоя может возникнуть легкое опьянение. Препараты рододендронов противопоказаны при заболеваниях почек.

16. Листья *смородины черной* в виде настоя принимают внутрь при общем недомогании, мышечной слабости и малокровии.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Траву *скрипуна (заячьей капусты)* в виде настоя принимают внутрь как тонизирующее, общеукрепляющее и противовоспалительное средство для истощенного организма.

Настой: ст. ложку травы настаивают 4 часа в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

18. *Солод*, приготовленный из пшеницы или ржи, регулярно принимают внутрь в качестве лекарственной добавки к основной пище как доступный и активный биостимулятор для физически истощенного недугами организма, который достаточно быстро усиливает деятельность иммунной системы, исцеляет человека и омолаживает его.

Приготовление и применение солода: зерно пшеницы или ржи моют в теплой воде, помещают в один слой между двумя слоями льняной или хлопчатобумажной ткани, хорошо промоченной в теплой воде, и оставляют при комнатной температуре $+22^{\circ}\dots+24^{\circ}$. Верхнюю ткань периодически увлажняют до появления (прокалывания) ростков. Обычно они появляются через один-два дня. Проростки целебны и вкусны, если они не более 1 мм высотой. Их быстро высушивают, превращают в муку и добавляют в повседневную, лучше вегетарианскую, пищу, салаты, кисели, морсы и т. д. Если порошок из этого солода засыпать в стакан со свежевскипяченным молоком или кисломолочным продуктом, получится кисель или каша, которые принимают как активный биостимулятор организма.

19. Листья *стеркулии платанолистной* в виде настойки принимают внутрь в качестве тонизирующего средства при физическом и умственном переутомлении и астенических состояниях, после перенесенных истощающих организмов заболеваний.

Настойка: 200 г листьев заливают 70%-ным спиртом до получения литра настойки: принимают по 20—25 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды утром и в середине дня до еды.

На ночь принимать не рекомендуется.

20. Траву *спорыша (горца птичьего)*, иногда все растение (с корневищем) в виде настоя принимают продолжительное время при нервном и физическом истощении и как укрепляющее средство после тяжелой болезни и в пожилом возрасте.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

21. Плоды (орехи) *фисташки настоящей (фисташковое дерево)* едят без ограничения как высококалорийный продукт при заболеваниях, истощающих организм, общей физической слабости. Едят орехи в свежем, поджаренном и посоленном виде.

22. Зеленый чай в виде сгущенного настоя полезно при-

нимать при физической и умственной усталости, ослаблении сердечной деятельности и др. недугах.

Его препараты возбуждают центральную нервную систему, деятельность сердца и повышают тонус организма.

Настой готовят произвольной концентрации, принимать его лучше с медом по вкусу.

23. Верхушки цветущих побегов *шалфея мускатного* в виде настоя принимают внутрь как тонизирующее средство при физическом истощении и заболеваниях, истощающих организм.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

24. Траву (листья) *якорцев стелющихся* в виде настойки принимают внутрь в малых дозах как тонизирующее, стимулирующее, противопростудное и вяжущее средство.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—35 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день после еды.

Растение ядовито! Строгая дозировка!

25. Молодые клубни *ятрышника* (любого вида) в виде настоя принимают внутрь при нервном, старческом и физическом истощении, после перенесенных тяжелых и продолжительных заболеваний и при потере сил.

Настой: ст. ложку измельченных в порошок клубней настаивают час, часто взбалтывают в стакане кипятка. Полученную смесь принимают по 2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

26. Сок из биостимулированных листьев *алоэ* — 100 мл, мед центробежный (лучше темного цвета) — 400 г, сало (несоленное) свиное — 400 г, сахар-песок — 1 стакан, яблоки зеленых сортов — 1,5 кг, яйца свежие (оплодотворенные) — 10 шт.

Приготовление смеси: сало и яблоки с кожицей (без сердцевин) измельчают ножом на мелкие кусочки. Перемешивают и томят в духовке на медленном огне до образования однородной массы. Затем в эту смесь путем тщательного промешивания добавляют сок из листьев алоэ.

и мед. Желтки из яиц растирают со стаканом сахара до образования однородной массы и выливают в смесь. Снова смешивают, фильтруют через марлю и принимают по 1 чайной ложке смеси в стакане горячего молока 3—4 раза в день до еды или мажут ее на хлеб и едят при упорных заболеваниях, истощающих организм, физическом истощении и малокровии.

27. При физическом и нервном истощении вы испробовали множество вышеописанных препаратов, а результаты не удовлетворяют. Необходимо провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но тщательной очистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

28. При хронической усталости (утомляемости) необходимо проверить, сколько часов вы спите ночью, когда ложитесь и когда встаете. Что касается хронической усталости, то народная медицина не знает лучшего лечебного средства, чем чашка *меда* с добавлением 3 чайных ложек *яблочного уксуса*. Чашку с этой смесью можно держать в спальне, принимая перед сном по 2 чайные ложки смеси. Через 30—40 минут после того как вы ляжете в постель, вы уснете. Но если этого не произойдет, примите еще 2 чайные ложки смеси. В случае крайней слабости, возможно, потребуется принять несколько ложек; если проснетесь ночью и почувствуете, что не можете больше уснуть, — примите еще.

Если утром, при пробуждении, почувствуете вялость (отсутствие полноценного отдыха), сделайте растирание рук и всего тела смесью яблочного уксуса с теплой кипяченой водой (2 чайные ложки уксуса на стакан теплой кипяченой воды).

Сначала разотрите раствором одну руку и плечо, затем другую руку и плечо, потом грудь, живот, колени и наколенники голени и ступни ног. Полотенца не потребуются. Вместо этого нужно хорошо растереть поверхность кожи обеими руками до полного всасывания раствора, всасывается он очень быстро.

Вместо растирания можно пользоваться ванной: добавить в воду уксус и посидеть в теплой ванне, массируя участки тела в воде хотя бы 15—20 минут, чтобы кожа могла впитать некоторое количество воды. Не пользуйтесь мылом, а ополаскивайте кожу раствором яблочного уксуса.

При физическом истощении, хронической усталости рекомендуются тонизирующие средства и вегетарианская высококалорийная пища (крупа овса, солод из пшеницы или ржи, орехи, ржаной хлеб и др.) с медом и яблочным уксусом.

29. При физическом истощении, если вышеизложенные рекомендации неприемлемы или не дают результата, необходимо делать инъекции собственной стерилизованной мочи по 2—3 мл (детям — по 0,3—0,5 мл) 3—5 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Эти инъекции достаточно быстро укрепят иммунную систему и ускорят полное выздоровление.

✦ **ИШИАС** — поражение периферических нервов, обусловленное охлаждением, инфекцией или травмой. Появляются боли в ягодичной области, задней поверхности бедра и голени, болезненное надавливание по ходу нерва. Отмечаются гипотония ягодичных и икроножных мышц, снижение ахиллова рефлекса.

1. Лист *агавы американской* или *алоэ древовидного* в свежем виде используют наружно при ишиасе. Разрезанной сочной стороной прикладывают лист на больное место и закрепляют. При этом бывает сильное жжение, но бояться такой реакции не следует: побочных явлений и осложнений не бывает, и тот, кто терпеливо перенесет это ощущение, получит положительный результат от лечения. Для уменьшения раздражения кожи к больному месту время от времени прикладывают тонким слоем свежий творог.

2. Плоды (семена) *белены черной* или *чешской* в истолченном виде, настоянные на подсолнечном масле, используют для втирания при невралгиях, миозитах, артритах и ревматизме как обезболивающее средство.

Мазь: 30 г истолченных в порошок семян настаивают 10 дней в 100 мл подсолнечного масла и натирают им больные места — суставы и мышцы.

3. Соцветия *бессмертника песчаного* в виде отвара принимают внутрь при онемении ног, невралгиях, особенно ишиасе, и заболеваниях печени.

Отвар: полную ст. ложку соцветий кипятят 10 минут в закрытой посуде с двумя стаканами воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды в течение 15—20 дней.

4. Траву *гармалы обыкновенной* (*могильника*) в виде горчичных компрессов или ванн используют наружно при воспалениях седалищного нерва, болях в суставах и ревматизме.

Настой для наружного применения — произвольной концентрации, делают компрессы или ванны в течение 20—30 минут.

5. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь продолжительное время при болях в бедрах, ишиасе, суставном ревматизме и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *золототысячника зонтичного* в виде настоя принимают внутрь при невралгиях, головных болях и бессоннице.

Настой: чайную ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Корень *опонника лекарственного* в виде отвара применяют наружно для компрессов или припарок при невралгиях вследствие ранения, болезненности ампутированных конечностей и переломе костей.

Отвар: 10—20 г корней кипятят 10 минут в стакане кипятка и используют для компрессов.

8. Молодые измельченные листья *осины обыкновенной* в виде отвара или настойки принимают внутрь и используют наружно при ишиасе, ревматизме и радикулите.

Отвар: ст. ложку листьев кипятят 30 минут в стакане воды, принимают по 1—2 ст. ложки отвара 3—4 раза в день и используют для горячих (без обжигания) компрессов.

Измельченными и обваренными листьями делают примочки на больные места.

9. Свежий корень *переступня белого* (*адамов корень*, *тамус*) в виде настойки принимают внутрь и используют для втирания наружно при невралгических болях, ишиасе, болях в суставах и костях, особенно простудного характера.

Настойка: 1 часть свежего измельченного корня настаивают 10 дней в 3 частях 70°—40°-ного спирта, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день, лучше до еды, и используют для втирания.

10. Стручки *перца турецкого* (*горького*) в виде настойки применяют наружно при невралгиях, люмбаго, миозитах и радикулите.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, растирают больные места или рисуют сетку на больных местах.

11. Краевые язычковые цветки (реже с листьями) *подсолнечника обыкновенного* в виде настойки или настоя принимают внутрь при невралгиях и лихорадке, особенно простудного характера.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в литре кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Почki *сирени обыкновенной* в виде мази на свином жиру используют для втирания на больные места при невралгии.

Мазь: 1 часть порошка из почек или стуженного настоя из них на 4 части основы смешивают путем прогрева жира.

13. Скипидар (масло) *терпентинного дерева* применяют для растирания при невралгиях, люмбоишиалгиях и др. заболеваниях.

К примеру: больному делают компресс из кислого ржаного теста и плотно укутывают. Через час компресс снимают и больное место натирают скипидаром. Достаточно трех таких процедур по одному разу в день, лучше на ночь.

Этот препарат противопоказан при заболеваниях печени и почек.

14. Листьев *буквицы лекарственной* — 50 г, цветков *бузины черной* — 40 г, веточек *полыни «божье дерево»* — 35 г, листьев *трилистника* — 20 г.

Отвар: 3—4 ст. ложки сбора настаивают ночь в литре кипятка, кипятят 5 минут и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого отвара 3 раза в день до еды; одновременно натирают больные места наружными средствами — алоэ, белена, перец и переступень.

15. При ишиасе (неврите седалищного нерва) растапливают в водяной бане *пчелиным воск*. Предварительно, путем наложения одного тонкого слоя подогретого воска на больное место, проверяют, выдержит ли больной эту температуру. Если нет, воск немного охлаждают. Снимают шпателем пробный слой воска. Смазывают больное место 10—15%-ным прополисным, зверобойным или репейным маслом, а поверх этого масла широкой малярной кистью накладывают слой за слоем горячий воск. Сверху накрывают компресс шерстяным одеялом и держат до полного остывания.

Процедура эта горячая, будет сильно жечь, но бояться ожогов не следует — их не будет, зато результат лечения у терпеливого больного будет прекрасен: возможно, лечение окончится после первой процедуры, особенно с прополисным маслом.



❖ КАРДИОСКЛЕРОЗ АТЕРОСКЛЕРОТИЧЕСКИЙ — атеросклероз венозных сосудов, ведущий к нарушению коронарного кровообращения, гибели мышечных волокон и развитию соединительных тканей. Профилактика и лечение заболевания заключается в предупреждении и устранении атеросклероза, коронарной и сердечной недостаточности.

1. *Арбуз* используется в лечебном питании при стеросклерозе, сердечно-сосудистых заболеваниях и как мочегонное средство. Едят его без ограничения.

2. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при хронической сердечной недостаточности, сопровождающейся тахикардией, венозным полнокровием внутренних органов и отеками.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. *Баклажаны* используют в лечебном питании при атеросклерозе как средство, снижающее содержание холестерина в крови и стенках сосудов. Принимают их в любом виде и без ограничения.

4. Листья, кору корней или корни *барбариса обыкновенного* в виде настоя, отвара или настойки принимают внутрь как средство, снижающее давление крови, замедляющее сокращения сердца и увеличивающее их амплитуду.

Настойка из коры или листьев: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настой или отвар: 1—2 чайные ложки сырья настаива-

ют 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Плоды или цветки *боярышника обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь как стимулирующее и тонизирующее средство при функциональных расстройствах сердечной деятельности, сердечной слабости.

Настойка из плодов: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают до 25—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка из цветков: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

6. Корень *валерианы лекарственной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечно-сосудистых неврозах и нарушениях деятельности центральной нервной системы (нервное возбуждение, истерия, бессонница и др.).

Настой: ст. ложку корня настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 50—60 капель, по 1/2 чайной ложки, 3—4 раза в день на 1/3 стакана теплой кипяченой воды до еды.

7. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, тромбозе и закупорке вен.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждый час.

8. Порошок из семян *горчицы сарептской* в виде горчичников или горчичных ванн используют наружно для рефлекторного воздействия на функцию кровообращения при гипертонических кризах, угрожающем инсульте, стенокардии. Горчичники прикладывают на грудь, область затылка, сердца и икроножных мышц.

9. Цветки или траву *желтушника серого*, *левкойного* и др. видов в виде настойки или настоя принимают внутрь при сердечной недостаточности с тяжелыми нарушениями кровообращения, ревматических пороках, стенокардии как средство неотложной помощи при расстройстве функций сердечно-сосудистой системы.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают час и более в стакане кипятка и принимают по 1—2 чайных ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

Препараты желтушников противопоказаны при резких органических изменениях сосудов и сердца, остром миокардите, эндокардите и сильном атеросклерозе.

10. Все растение (листья и корневища) *земляники лесной* в виде отвара принимают внутрь при атеросклерозе.

Отвар: чайную ложку корневищ кипятят 15 минут в стакане воды, добавляют чайную ложку листьев, настаивают час и выпивают в 3 приема до еды.

11. *Морские водоросли* (как *ламинария*) в виде порошка принимают внутрь при атеросклерозе, сердечных приступах и болях в области сердца как источник минеральных элементов, необходимых организму.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 2—3 раза в день до или после еды.

12. Плоды (орехи) *лещины обыкновенной* показаны при атеросклерозе и его последствиях — инфаркте сердца и мозга. Принимают их без ограничения.

13. *Лук репчатый* в виде сока с медом в равных пропорциях принимают для лечения и профилактики атеросклероза по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

14. Мед благодаря комплексу витаминов и микроэлементов рекомендуется принимать регулярно как средство, укрепляющее и расширяющее кровеносные сосуды, сердечные мышцы и усиливающее приток кислорода в ткани. Лечение сердечно-сосудистых заболеваний медом лучше сочетать со средствами из фитотерапии. В чистом виде при заболеваниях сердца принимают мед небольшими порциями — по чайной или ст. ложке 3—4 раза в день до еды, можно с молоком, соками и чаем.

15. Траву *мелиссы лекарственной* (*лимонная трава*) в виде настойки или настоя принимают внутрь при сердечных

заболеваниях, одышке как средство, стимулирующее нервную систему, и при мн. др. заболеваниях.

Настойка. 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

16. Листья наперстянки красной (пурпуровой) в виде настоя или порошка принимают внутрь при нарушении кровообращения вследствие недостаточности сердца (отеки, ускорение пульса, повышенное венозное давление и пониженное артериальное). Другими словами, при хронической сердечной недостаточности II и III степени, возникшей на почве клапанных пороков сердца.

Настой: чайную ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и принимают: взрослые — по 1—2 ст. ложки 3—4 раза в день до еды, дети — по чайной ложке 3—4 раза в день до еды.

Порошок из листьев: взрослым — по 0,05—0,1 г (на кончике ножа) 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой, суточная доза — 0,5 г.

Растение ядовито! Строгая дозировка!

17. Веточки с листьями омелы белой в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии, сердечной недостаточности и как средство, успокаивающее центральную нервную систему.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

18. Плоды ореха грецкого с медом или сами по себе едят по 100 г ежедневно при атеросклерозе, гипертонии, кардиосклерозе и склерозе сосудов головного мозга.

Листья ореха в виде настоя принимают внутрь как вспомогательное средство при этих заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и принимают с медом по вкусу по 2—3 ст. ложки настоя 2—5 раз в день до еды.

19. Масло *подсолнечника* принимают внутрь для лечения и профилактики атеросклероза.

Принимают по чайной ложке масла 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

20. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более эффективное средство при кардиосклерозе, декомпенсированных пороках и астме сердца. Препараты пустырника особенно полезны курильщикам, страдающим болезнью сердца (миокардиопатия на почве никотинизма), в качестве седативного средства, улучшающего работу сердца и снижающего кровяное давление.

Настой: ст. ложку травы настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды, можно с медом по вкусу.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Порошок из травы с медом 1 : 3, принимают по чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

21. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде настойки или порошка принимают внутрь для лечения и профилактики кровеносных сосудов при склеротическом повреждении стенок сосудов, кровоизлияниях, в особенности в головном мозгу, сердце и сетчатке глаз.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель или по 1/2 чайной ложки, смешанной с 1/2 стакана теплого настоя из плодов *шиповника*, 3—4 раза в день до еды.

Порошок (лучше из плодов) принимают по 0,2—0,5 г, смешав с 1/2 стакана теплого настоя из плодов *шиповника*, 3—4 раза в день до еды.

22. Траву (иногда вместе с корнем) *сушеницы болотной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при неврозах сердца с умеренной гипертензией, стенокардией, головной боли и как седативное средство.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стака-

нах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 1/2 чайной ложки настойки 3—4 раза в день до еды.

23. Плоды (ягоды) *тутового дерева (шелковицы)* в свежем виде или сок из них принимают внутрь при различных заболеваниях сердца (с клапанным поражением, при миокардиодистрофии и др.) и сердечно-сосудистой системы в целом.

Плоды рекомендуется давать больному 4—5 раз в день после еды по 200—350 г, при этом получаются прекрасные результаты. В таких случаях более эффективны черные плоды.

24. Черенки (плодоножки) *тыквы обыкновенной (столовой)* в виде отвара или порошка принимают внутрь при отеках (разных формах водянки) сердечного и почечного происхождения.

Отвар: 1—3 измельченных черенка (15—20 г) кипятят 15 мин в 2 стаканах воды и выпивают глотками (можно с медом по вкусу) в течение дня.

Порошок из черенков принимают по чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

25. *Чеснок посевной* в виде настойки принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии и заболеваниях сердца.

Настойка: 40%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель настойки на ст. ложку молока или кипятка 2—3 раза в день до еды.

Препараты чеснока противопоказаны при гиперацидных гастритах и заболеваниях поджелудочной железы.

26. При ослабленной сердечной мышце весьма полезно сочетать прием *меда* с продуктами, богатыми витаминами, особенно витамином С. Для этих целей можно рекомендовать настой из плодов *шиповника* с добавлением меда. Например: ст. ложку измельченных сухих плодов настоять час в 2 стаканах кипятка, профильтровать, добавить 1—2 ст. ложки меда и пить по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, можно на ночь. Хранить смесь в хорошо закрытой посуде.

27. Корня *валерианы* — 30 г, травы *зверобоя* — 30 г, травы *тысячелистника* — 30 г, листьев *мелиссы* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день до еды при неврозах и приступах боли в сердце.

28. Корня *валерианы* — 40 г, цветков *ландыша* — 10 г, листьев *мяты перечной* — 30 г, цветков *ромашки аптечной* — 10 г, плодов *фенхеля* — 20 г.

Настой: чайную ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды при сердечном неврозе с бессонницей, беспокойством и нарушением пищеварения.

29. Цветков *боярышника обыкновенного*, листьев *омелы белой*, травы *пустырника*, травы *сушеницы болотной* — по ровну.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе и гипертонии.

30. Побегов (травы) *хвоща полевого* — 20 г, травы *спорыша* — 30 г, цветков *боярышника* — 50 г.

Настойка: 2 чайные ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают теплый настой за день глотками при сердечной недостаточности.

31. Корня *валерианы* — 40 г, цветков *ландыша* — 10 г, листьев *мяты перечной* — 30 г, плодов *фенхеля* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2 ст. ложки 5—6 раз в день при неврозах сердца и приступах сердцебиений.

32. Цветков *боярышника* — 20 г, травы *горца птичьего* — 10 г, листьев *мелиссы* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе, гипертонии и сердечной недостаточности.

33. Травы *горецвета* — 20 г, цветков или плодов *боя-*

рышника — 20 г, корня валерианы — 30 г, травы пустырника — 20 г, травы спорыша — 40 г, травы сушеницы болотной — 30 г, травы тысячелистника — 30 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) натощак утром и вечером по стакану теплого настоя при гипертонии, пороках сердца и стенозе аорты.

❖ **КАШЕЛЬ** — любого происхождения возникает из-за рефлекторного раздражения специального центра, находящегося в головном мозге. Чаще всего причиной кашля является раздражающее действие слизи, мокроты, скопившейся в тех или иных отделах дыхательных путей, симптом неблагополучия в дыхательных путях.

1. Траву *адониса (горицвета)* в виде настоя принимают внутрь при кашле, воспалении, туберкулезе и эмфиземе легких.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают час в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке 3—4 раза в день до еды; для детей двухлетнего возраста — 5—6 капель настоя, шестилетнего — 15 капель, двенадцатилетнего — по 2 чайные ложки настоя 5—6 раз в день.

Строгая дозировка!

2. Листья *белены черной* в виде настойки принимают внутрь в малых дозах при раздражающем и спастическом кашле, хронической астме, бронхите и др. заболеваниях.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Ядовито! Строгая дозировка!

3. Семена и листья *болиголова крапчатого* в виде настойки принимают внутрь при судорожном кашле и сильных болях в желудочно-кишечном тракте.

Настойка: 1 часть семян и листьев на 2—3 части 96°-ного спирта, принимают по 2 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды не более 5 раз в день, лучше до еды.

Ядовито очень! Строгая дозировка!

4. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь при простуде, хрипах в груди и сухом кашле.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивать час в литре кипятка и принимать в горячем виде с медом по вкусу по 3—4 стакана в день, лучше до еды.

При этом рекомендуется лежать в постели.

5. Траву *буквицы лекарственной (черной)* в виде настоя принимают внутрь при кашле, воспалении дыхательных путей, астме, бронхите и болях в груди.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при кашле, простудных заболеваниях, бронхиальной астме, бронхите и туберкулезе легких.

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Плоды *дурмана* в виде настойки принимают внутрь как наркотическое средство при одышке и судорожном кашле.

Настойка: 1 часть измельченных плодов настаивают 7 дней в 5 частях 70°-ного спирта.

Принимают по 2 капли этой настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 4—5 раз в день до еды.

8. Корни с клубнями и траву *зопника клубненосного* в виде настоя принимают внутрь при кашле, бронхите и туберкулезе легких.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Траву *короставника полевого* в виде настоя принимают внутрь при кашле и как отхаркивающее средство при бронхите.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

10. Корни *крапивы двудомной*, сваренные в сахарном сиропе (засахаренный порошок из корней), хорошо по-

могут при упорном кашле. Необходимо принимать по 1/2—1 чайной ложке этой смеси 3—4 раза в день до еды, запивая теплым молоком или кипяченой водой.

11. Лук *огородный* в виде сока из корнеплода, смешанный с медом, принимают внутрь от кашля для улучшения отхаркивания мокроты.

Смесь: 1 : 1 готовят в водяной бане, промешивая до полного остывания меда, и принимают по чайной ложке смеси 3—4 раза в день до еды.

12. Коробочки или соломку *мака самосейки* в виде настойки принимают внутрь при остром кашле и болях в брюшной области.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждые 2 часа.

13. Корнеплод *моркови культурной* в виде сока из него смешивают с медом 1 : 1 и принимают по ст. ложке смеси на 2/3 стакана теплого молока 3—4 раза в день до еды при сильном кашле, воспалении и туберкулезе легких.

14. Траву *наслена черного* в виде настоя принимают внутрь при спастическом кашле, бронхиальной астме и болях в животе.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Цветки (венчики), листья или корни *первоцвета (примулы лекарственной)* в виде настоя принимают внутрь при кашле, коклюше, бронхите и болях в груди.

Настой 1: 1—2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настой 2: 2 чайные ложки листьев настаивают час (в закрытой посуде) в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) в 2 приема до еды.

Настой из всего растения: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при всех простудных и др. заболеваниях дыхательных путей.

16. Корнеплод *редьки посевной* в виде сока из него с медом принимают внутрь при кашле, бронхите и др. заболеваниях легких.

Выжимают сок из корнеплода, смешивают в водяной бане с медом 1 : 1 и принимают по ст. ложке смеси 3—4 раза в день до еды и перед сном.

17. Корни и траву *синеголовника полевого* в виде настоя или настойки принимают внутрь при кашле, коклюше и как отхаркивающее средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 1—2 чайных ложки настойки 3—5 раз в день до еды.

18. Траву *синяка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при кашле и коклюше как результативное отхаркивающее и успокаивающее кашель средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 4—5 раз в день до еды.

19. Цветки *сирени обыкновенной* (иногда и листья) в виде настоя или настойки принимают внутрь при кашле, коклюше, одышке и туберкулезе легких.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки 3—4 раза в день до еды.

20. Корневища *солодки голой (лакрица)* в виде настоя принимают внутрь при катаре дыхательных путей, кашле, спазмах горла и как отхаркивающее средство.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее кашель средство.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды и на ночь.

22. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях дыхательных путей и кашле.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

23. В стакан горячего *молока* или *чая* кладут 1—2 ст. ложки *меда*, размешивают и выпивают на ночь при кашле.

24. 5—10 зубков *чеснока* толкут в ступке и кипятят 5—10 минут в 1—2 стаканах пастеризованного *молока*. Фильтруют, добавляют по вкусу (максимум) *меда* и пьют детей ст. ложками несколько раз в день, лучше до еды, при кашле и коклюше у них.

25. На стакан горячего *молока* кладут ст. ложку *меда* и 30 г *смальца*, хорошо размешивают и в теплом виде выпивают все за день глотками при кашле.

26. Травы *багульника болотного* — 15 г, листьев *крапивы жгучей* — 10 г. Сбор настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день после еды как противоастматическое средство при мучительном кашле и одышке.

27. Корня *алтея лекарственного*, травы *тимьяна* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу (максимум) *меда* и принимают по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, лучше до еды, при кашле.

28. Цветков *липы сердцевидной*, травы *тимьяна* — поровну. Сбор заваривают как чай и пьют без ограничения в горячем виде с медом по вкусу при кашле простудного происхождения, коклюше и тяжелом дыхании.

29. Корня *алтея лекарственного*, корневища *солодки голой*, корня *девясилы* — поровну.

Настой: 3—4 чайные ложки сбора настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при кашле.

30. Листьев *мать-и-мачехи*, цветков *бузины черной*, тра-

вы *горца птичьего* — поровну. Сбор заваривают как чай и пьют с медом по вкусу без ограничения при кашле, сильном бронхите, плеврите и воспалении легких.

31. Листьев *подорожника* (всех видов) — 10 г, травы *вероники* — 30 г, корня *истода большого* — 5 г, травы *фиалки трехцветной* — 40 г.

Отвар: ст. ложку сбора настаивают 2 часа в стакане воды, кипятят 5 минут и выпивают с медом по вкусу глотками в течение дня при кашле, хроническом бронхите и трахеобронхите.

32. Цветков *бузины черной*, листьев *подорожника большого*, травы *росянки*, травы *фиалки трехцветной* — поровну.

Отвар: 4 чайные ложки сбора настаивают 2 часа в стакане теплой кипяченой воды и пьют с медом по вкусу по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при кашле, бронхиальной астме и зловонном бронхите.

33. Цветков *липы обыкновенной* — 20 г, цветков *коровяка* — 5 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, корневищ *солодки* — 15 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при кашле, коклюше, сухом бронхите и катаре дыхательных путей.

34. Плодов *аниса обыкновенного* — 20 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры молодых ветвей *ивы* — 10 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31.

35. Корня *алтея* — 40 г, цветков *коровяка* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, корневищ *солодки* — 15 г, плодов *фенхеля* — 10 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 33.

36. Травы *багульника* — 5 г, травы *вероники* — 10 г, корневищ *аира болотного* — 5 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, листьев *подорожника большого* — 20 г, цветков *ромашки аптечной* — 20 г.

Настой: 1—2 чайные ложки сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (с медом по вкусу) по 2—

3 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды при кашле, одышке и болях в груди.

37. Средство от кашля. Выжимают в стакан сок из 1 лимона или наливают 2 ст. ложки яблочного уксуса (когда уксус домашнего приготовления), если нет лимона; добавляют 2 ст. ложки *глицерина*. Эту смесь тщательно размешивают, доливают стакан доверху слегка подогретым медом и снова размешивают.

Перед каждым приемом этот сироп необходимо взбалтывать!

Если кашель редкий — принимают по чайной ложке смеси 2 раза в день до еды. Если он беспокоит ночью, примите чайную ложку сиропа на ночь и ночью. Если кашель сильный, то следует принимать по чайной ложке смеси 3—5 раз в день до еды.

Это средство не расстраивает желудок и кишечник. Его можно рекомендовать как взрослым, так и детям. Оно эффективно и в случаях, когда др. средства не помогают.

38. При кашле любого происхождения, когда вышеописанные рекомендации для больного неприемлемы, его переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной кипяченой воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему необходимо массировать (растирать) шею, грудь и спину в течение часа и более 2—3 раза в день его теплой мочой. После массажа на места растирания ставят теплые компрессы на продолжительное время из 3—5 раз сложенного льняного полотна, пропитанного его теплой мочой. Сверху эти компрессы накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания их увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой больного. При отсутствии у больного нужного количества мочи для растирания тела ее допускается брать у здорового человека того же пола, но для компрессов пригодна только моча больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, примерно 3—5 дней, реже больше, ее необходимо проводить до полного исцеления.

1. Зеленая корка *арбуза* в виде порошка или настоя принимается внутрь как средство, улучшающее состояние кишечника при колите, особенно в детской практике. С промытой корки арбуза острым ножом очищают поверхностный слой (цедру), высушивают и принимают в виде порошка по 1/2—1 чайной ложке (5—6 г) 3—4 раза в день, запивая медовой водой.

Настой: 3 ст. ложки измельченной корки настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 4—5 раз в день до еды.

2. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при кровавых поносах и сердечных заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настоя принимают внутрь при сильных, нестерпимых болях в желудке, кишечнике и запорах.

Настойка: 1 часть сырья на 3 части 96°-ного спирта, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды или молока по 5 раз в день до еды.

Ядовито, очень! Строгая дозировка!

4. Листья, цветки и плоды (ягоды) *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как болеутоляющее средство при сильных болях в животе, слабительное при запорах и вялости кишечника.

Настой: ст. ложку листьев и цветков настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Ягоды бузины принимают в виде чая, произвольного настоя, киселя или повидла как средство, способствующее продвижению содержимого кишечника при пониженной кислотности и вялости кишечника, без ограничения.

5. Корневища *герани обыкновенной* или *кроваво-красной* в виде настоя принимают внутрь при катаре желудочно-кишечного тракта и поносах.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву или корневища с корнями *гравилата городского (гвоздичного корня)* в виде настоя принимают внутрь как вяжущее и противовоспалительное средство при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся повышением температуры, метеоризме и кишечных коликах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Корень *девясила высокого* в виде отвара принимают внутрь при длительном катаре кишок, истощении организма и как средство, повышающее аппетит.

Отвар: ст. ложку корня варят в 2 стаканах воды, пока не уменьшится наполовину, и принимают по 1—2 ст. ложки отвара через каждые 2 часа.

8. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при гипоцидных гастритах, желудочно-кишечных кровотечениях, энтероколитах и дизентерии, лучше в комплексе с др. растениями.

Настой: 2 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды или через каждые 2 часа при энтероколитах.

9. Верхушки веток с цветками *дроча красильного* в виде отвара принимают внутрь как сильное мочегонное средство при водянке живота и средство, нормализующее функциональную деятельность кишечника и почек.

Отвар: 2—3 ст. ложки сырья кипятят в 0,5 л воды, выпаривая до 1/3 жидкости, и принимают по 2 ст. ложки отвара через каждые 2 часа до нормализации деятельности кишечника.

10. Листья и плоды *дурмана обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при спастических состояниях (сильных желудочно-кишечных болях) органов брюшной полости. Наружно в виде ванн или клизм используют настой из листьев при частичном выпадении прямой и толстой кишки, считается радикальным средством.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды, лучше до еды, при сильных внутренних болях.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают час в 2—3 л теплой кипяченой воды. Используют наружно.

11. Траву *душицы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при гипо- и анацидных гастритах, атонии кишечника с запором и как средство, возбуждающее аппетит.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Цветущую траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при повышенном мышечном тонусе, гиперкинезах, расстройстве кишечника и запорах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Листья или все растение (с корневищами) *земляники лесной* в виде отвара принимают внутрь при воспалении тонких и катаре толстых кишок, сопровождающихся запорами и поносами.

Отвар: 2 ст. ложки сырья кипятят 5—10 минут в 2 стаканах воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 4—6 раз в день до еды.

14. Траву с прикорневыми листьями *золототысячника обыкновенного*, *зонтичного* в виде настоя принимают внутрь при ахилии желудка, кровотечениях и туберкулезе кишечника, запорах и метеоризме.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Листья *календулы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при катаре желудка и кишечника.

Настой: ст. ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 4—5 раз в день до еды.

16. Корневища *касатика германского* в виде настоя принимают как болеутоляющее средство при желудочно-кишечных коликах.

Настой: 1—2 чайные ложки корневищ настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Корень *кермека Гмелина* в виде порошка или настоя принимают внутрь при поносах любого происхождения.

Настой: чайную или ст. ложку порошка из корня смешивают со стаканом кипятка и, каждый раз помешивая, выпивают за день глотками.

18. Листья *крапивы двудомной* в виде сгущенного настоя принимают внутрь при острых и хронических энтеритах, поносах и кишечных кровотечениях.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Корни *кровохлебки лекарственной* в виде отвара принимают внутрь при острых энтеритах, энтероколитах, кишечных катарах, гастрогенных и токсических поносах (особенно у детей) и желудочно-кишечных кровотечениях.

Отвар: ст. ложку корней кипятят 30 минут в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки теплого отвара 5—6 раз в день, лучше до еды.

20. Крупу или муку *овса посевного* в виде настоя принимают внутрь как хорошее обволакивающее средство при желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождающихся поносом, особенно у детей.

Настой: 2 ст. ложки крупы (лучше муки) настаивают час в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Шишки (соплодия) *ольхи черной* или *клеякой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при острых и хронических воспалениях кишок, хроническом колите и как вяжущее при поносах и дизентерии.

Настой: 2 ст. ложки шишек настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 25—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

22. Соцветия *пижмы обыкновенной* в виде настоя или порошка принимают внутрь при аскаридозе и острицах, кишечных заболеваниях различной этиологии (особенно при интоксикации, обусловленной туберкулезом), при острых алиментарных энтероколитах с замедленной эвакуацией кишечника.

Настой: чайную ложку соцветий настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок смешивают с медом 1 : 1 и принимают по 1—3 г смеси 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

23. Листья и семена *подорожника большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как обволакивающее и обезболивающее средство при острых желудочно-кишечных заболеваниях (гастрите, энтерите, энтероколите и др.), хронических, атонических и спастических запорах.

Настой 1: 1—2 чайные ложки семян (лучше истолченных) настаивают 5—10 минут в стакане кипятка и в теплом виде выпивают все, не фильтруя, 3 раза в день до еды при нарушении слизистой и сильных болях в животе.

Настой 2: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Язычковые краевые цветки (иногда с листьями) *подсолнуха обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных коликах и др. недугах.

Настой: ст. ложку цветков настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

25. *Прополис* в виде 30%-ной вытяжки принимают внутрь как отличное средство против желудочно-кишечных микроорганизмов (гемолитических, стрептококковых, золотистых, паратифа, сибирской язвы и др.) и при многих др. заболеваниях желудочно-кишечного тракта (воспаления, заражения, туберкулез кишечника, острые и хронические колиты, трещины, свищи и язвы прямой кишки).

Чистый (очищенный) прополис принимают внутрь по 3—5 г, продолжительно жуя, потом глотают, 3—4 раза в день за 1,5—1 час до еды.

Настойка: 30%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 20—50 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

26. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя принимают внутрь и используют для клизм продолжительное время при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастриты, язвы, спазмы, метеоризмы, колиты и энтероколиты) как антисептическое средство.

Настой: 2 ст. ложки соцветий настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды; этот же настой используют для клизм при колите, энтероколите и др. заболеваниях кишечника.

27. Плоды, реже нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде настойки или порошка принимают внутрь при заболеваниях кровеносных сосудов, внутренних кровотечениях, язвенном колите, дизентерии и парапроктитах (воспаления клетчатки вокруг слепой кишки).

Настойка: 1—2 ст. ложки измельченных плодов настаивают 10 дней в 0,5 л водки, изредка взбалтывая, и принимают по 30—40 капель настойки в 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—4 раза в день до еды.

Порошок из бутонов принимают по 1/2 чайной ложки 3—4 раза в день, запивая теплым настоем из плодов шиповника, до еды.

28. Листья (реже молодые ветки или кору) *сумаха дубильного* в виде настоя принимают внутрь при отравлении недоброкачественной пищей как общеукрепляющее желудочно-кишечный тракт и возбуждающее аппетит средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и принимают (иногда с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

29. Траву *тимьяна ползучего* в виде настоя принимают внутрь при нарушении пищеварения, болях и спазмах в желудочно-кишечном тракте и метеоризме.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

30. Плоды *тмина обыкновенного* в виде настоя или по-

рошка принимают внутрь при атонии и болях в кишечнике, как средство, тонизирующее деятельность кишечника, снижающее брожение и гниение и устраняющее запоры в нем.

Настой: 1—2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды, детям по чайной ложке (можно с медом по вкусу) 5—6 раз в день.

Порошок из плодов принимают по 2—4 г (на кончике ножа) 3—4 раза в день за час до еды, запивая теплой кипяченой водой.

31. Тыкву обыкновенную (*столовую*) в вареном или пареном виде полезно включать в рацион питания при хронических заболеваниях толстой кишки как средство, улучшающее ее функцию и устраняющее запоры.

Принимают и сок из свежей тыквы по 1/2 стакана 2—3 раза в день до еды.

32. Траву (соцветия и листья) *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных кровотечениях, коликах и спазмах как спазмолитическое средство.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

33. Уголь из *тополя* в виде порошка принимают внутрь при нервных спазмах в желудке и кишечнике по 1/2 чайной ложки, запивая теплой кипяченой водой, 2—3 раза в день до или после еды.

34. Траву и плоды *укропа огородного* в виде настоя или отвара принимают внутрь при хронических колитах, спазмах в брюшной области, метеоризме и запорах.

Настой: ст. ложку истолченных семян или травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Отвар: ст. ложку истолченных плодов кипятят 5—10 минут в стакане молока и принимают по 1/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

35. Корнеплод *чеснока посевного* в виде настойки принимают внутрь при атонии кишечника, колитах, для по-

давления процессов гниения и брожения в кишечнике и при мн. др. недугах.

Настойка: 40%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель настойки на ст. ложку теплого молока или кипятка 2—3 раза в день до еды.

36. Траву *чистотела большого* в виде настоя принимают внутрь и используют для клизм при полинозе (полипозе) толстого кишечника.

Методика лечения заключается в следующем: кроме регулярного приема настоя из чистотела внутрь необходимую свежую массу травы растирают через терку или пропускают через мясорубку для получения сочной кашеобразной массы. Ее заливают кипятком в соотношении 1 : 10. По остывании больному вводят процеженный настой клизмой, предварительно за 2—3 часа, сделав очистительную клизму. Лечебную клизму необходимо держать 1—2 часа. При хорошей переносимости этого настоя клизмы ставятся ежедневно. На полный курс лечения требуется 10—20 клизм. Иногда курс лечения повторяется 2—3 раза через каждые 2—3 месяца.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

37. Листьев *белены черной*, листьев и плодов (семян) *болиголова* — поровну.

Настойка: 1 часть сбора настаивают в 3 частях 70°—40°-ного спирта 5—10 дней и принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды при сильных желудочно-кишечных болях.

38. Корневищ *земляники лесной* — 8 г, коры *ивы* — 10 г.

Отвар: 3—4 ст. ложки сбора кипятят 10 минут в литре воды, настаивают час и пьют по стакану теплого отвара 3—4 раза в день до еды при всех катарах («несварения») желудочно-кишечного тракта; при дизентерии принимают 0,5 л этого отвара, выпивая за день глотками.

39. Цветков *ромашки аптечной*, соцветий *тысячелистника* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют без ограничений, лучше до еды,

как средство, успокаивающее сильные боли, спазмы в желудочно-кишечном тракте.

40. Листьев *ежевика сизой* — 20 г, соцветий *календулы* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют по стакану теплого настоя 2—3 раза в день до еды при катаре кишок и поносах с кровью.

41. Соцветий *бессмертника песчаного*, травы *золототысячника*, соцветий *пижмы* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при туберкулезе кишечника, метеоризме, запорах и как противоглистное средство при мелких глистах в области слепой кишки.

42. Травы *горца птичьего* — 20 г, травы *лапчатки гусиной* — 20 г, листьев *подорожника* — 40 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора кипятят 5 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при поносах.

43. Корневищ *лапчатки прямостоячей* — 10 г, травы *полыни горькой* — 10 г, травы *тысячелистника* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атонии кишечника, метеоризме и склонности к поносам.

44. Кору *крушины* — 20 г, корня *алтея* — 30 г, корневищ *солодки* — 15 г, семян *льна посевного* — 30 г, плодов *фенхеля* — 15 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атонии кишечника и запорах.

45. Корневищ *аира* — 10 г, корня *валерианы* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 20 г, коры *крушины* — 30 г, листьев *мяты перечной* — 20 г, корня *одуванчика* — 10 г.

Отвар: 2 чайные ложки сбора кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают и пьют по 1/2 стакана теплого отвара утром и вечером до еды как средство, регулирующее деятельность кишечника.

46. Корневищ *аира* — 10 г, корня *валерианы* — 5 г, крупы *овса посевного* — 30 г, плодов *тмина* — 20 г, листьев *тысячелистника* — 20 г, плодов *укропа* — 10 г.

Отвар: 3 ст. ложки сбора кипятят 15 минут в 3 стаканах воды, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого отвара 3 раза в день до еды при метеоризме (вздутие живота) у взрослых.

47. Корневищ *аира* — 20 г, корня *валерианы* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 30 г, цветков *ромашки аптечной* — 30 г, плодов *фенхеля* — 20 г.

Настой: 2 чайные ложки сбора настаивают час в стакане кипятка и пьют днем после обеда и вечером перед сном по стакану теплого настоя при метеоризме.

48. Корневищ *лапчатки прямостоячей*, листьев *красивы двудомной*, листьев *мяты перечной*, листьев *ореха грецкого*, цветков *ромашки аптечной*, листьев *черники* — по 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2—3 стаканах кипятка и пьют по стакану теплого настоя 2—3 раза в день до еды при расстройстве кишечника.

49. Листьев *кассии (сенны)*, плодов *кориандра*, коры *крушины ломкой*, корневищ *солодки голой*, травы *тысячелистника обыкновенного* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя на ночь при варикозном расширении вен прямой кишки. Принимают настой ежедневно до улучшения состояния здоровья, исчезновения болей и прекращения венозного кровотечения. Через 1—2 месяца курс лечения следует повторить.

50. Очистка кишечника от шлаков, накопившихся на протяжении многих лет (неважен возраст больного) — святая святых здоровья всего организма в целом. С полной и тщательной очистки кишечника начинается полное исцеление организма (независимо от заболевания, стадии, степени и т. д.), восстановление функций всех систем и органов. Для этого необходимы:

1. Психологическая подготовка и огромное желание больного избавиться от недугов. Он должен быть уверен, что эта чистка необходима ему для укрепления здоровья,

а отторгая шлак, он, возможно, будет удивлен, если вес его тела уменьшится на 10 кг и более, а сам он почувствует себя намного моложе и здоровее.

2. Кружка Эсмарха (клизма), которую крепят рядом с кроватью или кушеткой максимально высоко, но с учетом того, чтобы шланг от клизмы был свободен от натяжения и удобен для ввода его наконечника в прямую кишку. Рядом с кушеткой или кроватью должно находиться судно для слива «отработанной» воды.

В случае отсутствия в продаже кружки Эсмарха промышленного изготовления ее заменяют резиновой (емкостью 0,5 л) спринцовкой-грушей, предварительно приготовив теплый раствор в двухлитровой эмалированной кастрюле или детском горшке с крышкой. Можно использовать и обыкновенную медицинскую грелку, слегка ее переделав. В пробке грелки делают отверстие по диаметру заранее приготовленной резиновой трубки соответствующей длины. Конец трубки смазывают клеем типа БФ-6 или др. и плотно вставляют в пробку грелки. Дают высохнуть и закручивают в горловину. Сбоку дна грелки прорезают удобное для заливки раствора отверстие, оставив ушко ее невредимым. Вместо краника на нижний конец трубки надевают бельевую прищепку — и клизма готова!

3. Теплая смесь из 0,5—1 л мочи больного, подкисленной ст. ложкой свежеприготовленного сока из лимона или 1—2 ст. ложками яблочного уксуса, приготовленного заранее из кислых сортов яблок. Доливают эту смесь теплой кипяченой водой до общего объема в 1,5—2 л. Полученный раствор, имеющий температуру на 1°—2° выше температуры тела больного, вливают в кружку. Желательно перед клизмой провести естественную дефекацию (опорожнить кишечник).

Смажьте наконечник шланга теплым постным или сливочным маслом и медленно введите его в задний проход, расслабьте живот и откройте краник. Необходимо ввести весь раствор. Если чувствуется сильная боль в кишечнике, перекройте краник; не вытаскивая наконечника, полежите несколько минут; затем повернитесь на левый бок,

массируя кишечник; снимите наконечник, удерживая смесь; повернитесь на живот, потом на спину, усердно массируя низ живота или весь живот. Слейте отработанную воду с отбросами. Следует обязательно добиться, чтобы в кишечник взрослого человека входило 1,5—2 л раствора и, отработав, полностью выходило с отбросами.

В случае сильных болей в кишечнике от клизмы, концентрацию раствора можно несколько ослабить путем уменьшения в нем мочи, но объем и остальные компоненты (сок или уксус) остаются прежними.

Подобные процедуры следует проводить ежедневно в течение недели на ночь, лучше два раза, не торопясь, прощупывая и массируя весь живот, в разных позах, в том числе и стоя на коленях. Стараться выпускать всю отработанную воду, не оставляя в кишечнике ничего, иначе, рассосавшись, часть шлака поступит через кровь в организм.

При дефекации или сливе отработанной воды, если вы обнаружите, что, кроме шлака, заметна слизь в виде пленок, это значит, что организм был уже физически готов к онкологическим заболеваниям, благодаря очистке спасен от них.

Во вторую неделю очистку кишечника проводят через день, в третью — через 2 дня, в четвертую — через 3 дня и в пятую — 1 раз на ночь. Каждый раз удерживать жидкость в кишечнике не менее 5 минут.

Объем раствора для детей — 0,5—1 л; для младенцев — до 0,5 л. Напоминаем, что без полной чистки кишечника невозможна чистка никакого другого органа, зато после этой, даже единственной, но тщательной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

В период такой чистки пища больного должна быть растительного происхождения с минимальной термообработкой или в виде соков, можно с медом по вкусу.

51. При диспепсии, колите с поносом и обильной слизью больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно обязательно делают продолжительный массаж (растирание) всего живота или места боли теплой мочой больного в течение двух и более часов 2 раза в день. После массажа на живот ставят теплый компресс из сложенной в 3—5 слоев простыни, обильно пропитанной его мочой. Сверху этот компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой больного.

Время такой голодной терапии варьирует в зависимости от тяжести заболевания, до полного выздоровления — примерно 1—2 недели.

✦ КЛИМАКТЕРИЙ И КЛИМАКТЕРИЧЕСКИЙ НЕВРОЗ — адаптационный процесс в связи с возрастной физиологической перестройкой организма.

1. Корень *валерианы* в виде настоя или настойки принимают внутрь при ипохондрии, нервном потрясении и приливах крови к голове, особенно у женщин в климактерический период.

Настой: 2 чайные ложки корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя утром и вечером с медом по вкусу.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 40—60 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

2. Траву *донника лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при мн. недугах, особенно в климактерическом периоде.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки или по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

3. Свежие плоды (ягоды) *ежевика сизой* или настой из них полезно принимать без ограничения как общеукрепляющее средство, особенно в период климакса.

4. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настойки

принимают внутрь при гипертонии, особенно в климактерическом периоде.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

Противопоказаны препараты календулы при гипотонии.

5. *Мухомор красный*; бело-красный пигмент от шляпки его в виде настойки принимают внутрь при спазмах головного мозга, множественном склерозе и в тяжело протекающем климактерическом периоде.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 5—6 дней в 5 частях водки и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день, лучше до еды.

Настойка ядовита, очень!

6. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервных и сердечных заболеваниях, особенно в климактерический период.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды, можно с медом по вкусу.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—50 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

❖ **КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ** (см. также «Дерматит», «Кровоочистительные средства», «Лишай», «Экзема»).

1. Корень *алтея лекарственного* в виде настоя используют для компрессов при себорейном дерматите лица и воспалении рук.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка.

2. Свежесрезанные листья *алоэ древовидного* или сок из них используют наружно при ожогах, незаживающих ранах, язвах, сопровождающихся сильными болями и упорно не поддающихся лечению, и дерматите.

Используют сок в виде легкого втирания, а свежесрезанные листья — для повязок.

3. Траву *барвинка травянистого* в виде настоя используют для примочек при гнойных ранах и дерматитах.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка.

4. Траву *вербены* в виде настоя принимают внутрь при разных сыпях, чирьях, прыщах и золотухе как кровоочистительное средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Траву *горца почечуйного* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при лишаях, сыпи и язвах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды и используют в виде примочек или орошений.

6. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде отвара используют наружно при дисгидрозе, жирной себорее и потливости ног.

Отвар: 3 ст. ложки коры кипятят 10 минут в 0,5 л воды и применяют для примочек, обмываний или ванн.

7. Траву или плоды (семена) *дурнишника обыкновенного* или *дурнишника колючего* в виде настоя используют наружно при золотушных струпьях, лишаях, экземах и грибковых поражениях кожи.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и применяют для примочек и орошений.

8. Траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при экземе.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды, а также делают примочки на пораженные участки кожи.

9. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настоя используют наружно при жирной себорее лица и угревой сыпи.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и применяют как примочку или орошение.

10. Листья и стебли *каланхоэ перистого* применяют в виде сока наружно для лечения гнойных ран, трофических язв и других поражений кожи.

Сок готовят следующим образом: свежесрезанные листья и зеленую часть стеблей хранят в темноте при температуре $+5^{\circ}\dots+10^{\circ}$ в течение недели, затем моют в проточной воде и измельчают в мясорубке (лучше в соковыжималке). Получается однородная масса, которую отжимают, жидкую часть отстаивают. При температуре $+4^{\circ}\dots+10^{\circ}$ стерилизуют, фильтруют и консервируют. На вид это прозрачная желтая жидкость с оранжевым оттенком.

11. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настойки применяют наружно при ожогах, обморожениях, угревой сыпи и др. изъязнах на коже.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, для втираний, орошений и примочек.

12. Листья *капусты огородной* в измельченном виде обваривают в молоке, смешивают с яичным белком и прикладывают к гнойным ранам, ожогам и язвам, а смешанные с отрубями прикладывают на кожу при золотухе и мокнущей экземе.

Смесь: 1/2 стакана измельченных листьев кипятят 5 минут в 1/2 стакана молока, настаивают 30 минут, добавляют, помешивая, ст. ложку белка или отрубей.

13. Свежеприготовленный сок *картофеля огородного* используют наружно как противовоспалительное средство при ожогах, острых дерматитах, развившихся после облучений рентгеном, флегмозных угрях, трофических язвах и др. заболеваний.

Применение: перетертую через мелкую терку сметанообразную массу картофеля накладывают на сложенную в несколько слоев марлевую салфетку толщиной 1 мм и фиксируют бинтом к пораженному участку кожи. Через 1,5—2 часа картофельную массу осторожно снимают шпателем и заменяют новой.

14. При бородавках, папилломах, родимых (коричневых) пятнах на коже лица и рук кроме рекомендованных в этом разделе препаратов, принимаемых внутрь, необходимо продолжительно (5—10 минут) натирать эти изъязны

утром и вечером *касторовым маслом*. Они исчезнут примерно через 3—6 недель.

15. При дерматитах, пиодермиях, экземе и др. изъязнах на коже кроме наружных процедур, рекомендованных в этом разделе, следует регулярно принимать внутрь *кукурузное масло* по 1 ст. ложке 3—4 раза в день до еды. Такой способ намного ускорит полное выздоровление.

16. Траву *льняника обыкновенного* в виде настоя используют наружно для примочек или обмываний при поражении кожи лишаями и грибковыми заболеваниями.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка.

17. Траву *лютика едкого* в виде сгущенного настоя используют для примочек и компрессов при туберкулезе кожи.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 3 часа в 0,5 л кипятка и в теплом виде применяют наружно.

18. Млечный сок *молочая солнцегляда* и *молочая Палласа* с успехом применяют для устранения бородавок, мозолей и пятен на лице.

Необходимо систематически смазывать пораженные участки свежим соком.

Произвольный настой из травы *молочая* используют наружно при чирьях.

19. Корень *молочая болотного* в виде настоя используют для компрессов или примочек при кожном туберкулезе.

Настой: 3 ст. ложки корня настаивают 3 часа в 0,5 л кипятка, компрессы делают в теплом виде.

20. Траву и корни *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь, а мазь из порошка корня используют наружно при экземах, фурункулах и др. кожных недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Мазь: порошок из всего растения смешивают в водяной бане с подогретым медом 1 : 1. Смывают отработанную мазь молочной сывороткой.

21. Молодые (клеякие) листочки *ореха грецкого* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при хронической волчанке, туберкулезе кожи, скрофулезе, лишаях, экземе и др. кожных изъязнениях.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка, принимают по $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день (можно с медом по вкусу) до еды и используют в виде компрессов.

Для наружного применения с успехом применяют сок из околоплодников орехов или настой из них.

22. Плоды (семена) *петрушки огородной* в виде отвара, смешанного с соком лимона, используют для компрессов или обмывания лица с целью уничтожения веснушек и пигментных пятен.

Отвар: ст. ложку измельченных плодов кипятят 10—15 минут в 1—2 стаканах воды. Фильтруют, добавляют 1—2 ст. ложки лимона, смешивают.

23. Траву *подмаренника настоящего (цепкого)* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при неправильном обмене веществ (частых нарывах, фурункулах, экземе, раке кожи и др. недугах ее).

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды; этим же настоем делают обмывания или компрессы.

24. Листья *подорожника большого* и др. видов свежестолченные используют наружно при абсцессах, инфицированных ранах и язвах.

25. *Прополис* в виде 5%-ной настойки или масляной вытяжки используют наружно при незаживающих трофических язвах нижних конечностей, долго не заживающих ранах, глубоких пиодермиях, волчанке, различных формах туберкулеза кожи, трихофитии волосистой части головы, псориазе и др. заболеваниях кожи.

Иногда концентрацию препаратов из прополиса увеличивают до 10—15%.

Настойка: 5—10%-ная на 70°-ном, реже 40°-ном спирте.

Мазь: 500 г сливочного (несоленого) масла в эмалиро-

ванной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 50 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре $+80^{\circ}\text{C}$ и до полного остывания.

Применение: изъян на коже обрабатывается перекисью водорода (или мочой больного), просушивается стерильным тампончиком, затем на поврежденную поверхность накладывается на 1—2 суток салфеточка или тампончик с этой мазью.

Мазь обезболивает, стимулирует рост грануляций и способствует эпителизации (заживлению). При запущенных формах заболевания улучшение состояния или выздоровление наступает через 2—3 месяца.

26. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и восстанавливающее обмен веществ средство при кожных заболеваниях (детский туберкулез кожи, рахит, фурункулез и др.).

Настой: 3—4 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $1/2$ — $2/3$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

27. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя для примочек или ванн применяют при угревой сыпи, особенно флегмонозных угрях, а ванны — при золотухе, раздражении кожи рук и ног, себорейном дерматите, др. изъянах.

Настой для ванн: 50—100 г на ведро кипятка.

28. *Ряску маленькую* в виде настойки или порошка из нее в меду принимают внутрь как десенсибилизирующее средство, уменьшающее чувствительность организма к воздействию различных не переносимых организмом веществ. Полезна ряска при витилиго (пятнистости кожи) и крапивнице.

Настойка: ст. ложка ряски на 200 мл водки, принимают внутрь по ст. ложке 2—4 раза в день до еды.

Порошок смешивают в подогретом меде 1 : 2, принимают по чайной ложке смеси, запивая теплой кипяченой водой, 3—4 раза в день до еды.

29. Корни (реже траву) *синяка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при различных заболеваниях кожи.

Настой: чайную ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

30. Свежеочищенный от коры луб (внутренняя ее часть) *сирени обыкновенной* прикладывают к рожистым местам при рожистых воспалениях.

31. Плоды *софоры японской* в виде настойки назначают наружно для орошений и примочек при свежих и длительно не заживающих ранах, острых гнойных и хронических нагноительных процессах, трофических язвах и ожогах.

Настойка: 15—20%-ная на 70°—40°-ном спирте, для орошений и примочек.

32. Траву *сушеницы болотной* в виде масляной или водяной вытяжки используют наружно при труднозаживающих ранах, язвах и др. кожных изъянах.

Настой на масле: 1—2 ст. ложки порошка из травы настаивают 10 дней в стакане горячего масла, ежедневно взбалтывая, потом фильтруют.

Настой на воде: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, для обмывания, примочек и компрессов.

33. Почки *тополя обыкновенного (осоко́ря)* в виде настойки или масляного извлечения из почек используют наружно как смягчительное, охлаждающее, болеутоляющее, ранозаживляющее средство при ожогах, воспалении и зуде кожи, ранах и язвах.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, для орошения и примочек.

Мазь: 1 часть порошка из почек кипятят 30 минут в 2 частях подсолнечного масла, настаивают 2—3 недели, периодически взбалтывая, используют наружно.

34. Свежеперетертой мякотью *тыквы обыкновенной (столовой)* обкладывают воспаленные участки кожи при сыпях, ожогах, экземе и др. заболеваниях. Результат всегда бывает хорошим.

35. Соцветия или траву *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя или настойки используют наружно как бо-

лее эффективное кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство при свежих и старых ранах, язвах.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка, применяют для орошений или примочек.

36. *Яблочный уксус* домашнего приготовления (гарантия качества и чистоты) используют наружно при стафилококковой или стрептококковой инфекции кожи (импетиго — кожная сыпь). От импетиго, как правило, излечивают за неделю. Реже больше.

Ватку пропитывают неразбавленным уксусом и прикладывают к поражениям на коже 6 и более раз в день с утра до вечера.

37. Побеги (траву) *хвоща полевого* в виде теплого настоя используют для примочек при жирной и пористой коже лица и себорейном дерматите.

Настой: 1—2 ст. ложки побегов настаивают 2 часа в стакане кипятка.

38. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как очень хорошее кровоочистительное средство при кожных заболеваниях, вызванных вирусом и нарушением обмена веществ (дерматит, лишай, фурункулез и т. д.).

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды. Отмечается, что при этих и др. кожных заболеваниях успех лечения достигается без параллельного применения наружных средств (мазей, примочек и др.).

39. Траву *череды трехраздельной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при золотухе, нарушении обмена веществ, болезнях крови, лишаях, псориазах и чесотке.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают ночь в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды. Детям дают по ст. ложке сладкого настоя 4 раза в день до еды.

Настой для ванн произволен по концентрации, купают детей при различных диатезах, сопровождающихся крапивницей, скрофулезом, молочным струпом и т. д.

40. Траву *чистотела большого* в виде свежего сока из всего растения, настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно при золотухе, сифилисе, туберкулезе кожи (волчанке), стойких случаях экземы и др. заболеваний.

Млечным соком при регулярном смазывании сводят бородавки, экземные поражения и др. недуги.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой для ванн по концентрации максимальный применяют в горячем виде.

Настойка: 25—30%-ная на 70°—40°-ном спирте, для орошений и примочек.

41. Цветки или траву *яснотки белой (глухая крапива)* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно, внутрь — как достаточно активное кровоочистительное и кровоостанавливающее средство при золотухе, ранах, язвах, скрофулезе, фурункулезе и мн. др. заболеваниях.

Настой: 4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настой для ванн произвольный по концентрации при зудящих сыпях, ранах и язвах.

42. Травы *тысячелистники* — 10 г, соцветий *ромашки аптечной* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды, этим настоем обмывают кровоточащие свежие и старые, гноящиеся раны, язвы и чирьи.

43. Травы *фиалки трехцветной* — 10 г, травы *чистотела* — 10 г. Весь сбор настаивает 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при стойких случаях экземы, псориазе и др. заболеваниях.

44. Травы *земляники лесной*, травы *фиалки трехцветной*, травы *череды трехраздельной*, травы *яснотки белой* — поровну.

Настой готовят произвольно по концентрации и пьют

с медом по вкусу, как чай, при золотухе, прыщах на лице, фурункулезе и др. заболеваниях как кровоочистительное средство, без ограничения.

45. Листьев *березы*, листьев *крапивы двудомной*, коры *крушины ломкой*, семян *льна посевного* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, лучше до еды, при кожных сыпях, обусловленных хроническим запором.

46. Листьев *березы*, листьев *крапивы двудомной*, коры *крушины ломкой*, травы *льнянки обыкновенной* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, при кожных сыпях, обусловленных хроническим запором.

47. Травы *зверобоя обыкновенного*, корня *лопуха*, корня *одуванчика*, листьев *трилистника*, корня *цикория* — поровну.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 3—4 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное средство при угрях, лишаях и экземе.

48. Листьев *березы*, цветков *бузины черной*, коры *крушины ломкой*, корневищ *солодки голой*, плодов *фенхеля*, травы *фиалки трехцветной* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при кожных сыпях, вызванных хроническим запором.

49. Чистый *деготь* — 1 часть, *медный купорос*, пережженный на огне до образования белого порошка, — 1 часть, *сера желтая* в порошке — 1 часть. Сбор тщательно перемешать и вскипятить. При отсутствии дегтя можно использовать гусиный жир и др. основу. Этой мазью смазывают пораженные грибок поверхности (волчий лишай) между пальцами ног и рук, лишай и экземы.

50. Пережженный *медный купорос* в порошке — 1 часть, порошок из *желтой серы* — 1 часть, порошок из травы *чистотела большого* — 1/2 части, чистый *деготь* или свежий *бараний*, *гусиный* либо *свиной жир* — 3 части.

Сбор кипятят 5—10 минут в водяной бане, тщательно

перемешивая до остывания. Этой мазью натирают участки тела, пораженные грибок, лишаем и псориазом. Для ускорения действия мази рекомендуется принимать внутрь и кровоочистительные средства, как указано в № 44.

51. Листьев *багульника болотного* — 10 г, травы *дымника* — 20 г, травы *золототысячника* — 20 г, листьев *копытня европейского* — 10 г, побегов *паслена сладко-горького* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное средство при дерматите, хронической экземе и чешуйчатом лишае.

52. При псориазе, туберкулезе кожи и др. заболеваниях достаточно результативным средством является *яичное масло*, которое применяется наружно и готовится следующим образом: желтки от сваренных вкрутую оплодотворенных яиц разрезают пополам и толстыми ломтиками, на совершенно чистой сковороде (без добавок), на слабом огне жарят до появления красноватой маслянистой жидкости. Ею смазывают пораженные недугом места. Для ускорения выздоровления больному лучше одновременно принимать внутрь и кровоочистительные средства, как рекомендовано в № 44 или № 47.

53. При мн. кожных заболеваниях детей и взрослых, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы, можно воспользоваться такими доступными для каждого средствами, как ванны или компрессы. Однако следует помнить, что комплексное лечение всегда более действенно.

Ванны готовятся из настоев или отваров почек, коры или листьев *осины*, *тополя*, *дуба*, из хвои хвойных пород деревьев, разных трав и корней.

В случае отсутствия этих компонентов можно с успехом использовать мелко измельченное сено или труху *овсяной соломы*. Иногда используют свежие опилки хвойных пород деревьев, собранные из-под пилорамы.

Применение: 1—2 кг компонента или их комплекс настаивают 2—3 часа в ведре кипятка; подогревают, про-

цеживают и выливают в ванну с теплой водой, которая должна быть приятна больному и длиться 30—40 минут, обычно перед сном.

После ванны, не обтирая тела, в еще теплый настой опускают сложенную вчетверо простыню такой ширины, чтобы она покрывала большую часть больного участка тела, слегка выжимают и укутывают больного. Поверх мокрой простыни укутывают сухой простыней и шерстяным одеялом, закрепляют булавками и оставляют больного в постели на 1,5—2 часа. Если больной уснет, то не следует будить его. Все это можно снять при пробуждении.

В случае полного отсутствия компонентов для ванны, всю процедуру можно проделать с теплой кипяченой водой, но в этом случае процесс исцеления займет больше времени.

Простыню, используемую для компрессов, необходимо ежедневно и тщательно стирать. Вы увидите, как много нечистот извлекается из тела больного.

54. Ежедневно, желательно 3 раза в день, задолго до еды, можно и на ночь, на протяжении длительного времени (в зависимости от тяжести заболевания) вы берете в рот ст. ложку теплого *подсолнечного масла* и энергичными движениями губ и щек гоняете его во рту, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов. Таким образом взбалтываете это масло в течение 15—20 минут, пока оно не станет белым как молоко. Эту кипенно-белую массу выплевываете в унитаз или яму, ни капли не глотая. После этого рот тщательно прополощите теплой кипяченой водой. Процедура применяется как кровоочистительное средство при инфекционных и вирусных заболеваниях крови и кожи.

В процессе этого метода лечения одновременно пользуются и др. средствами, рекомендованными в этом разделе. Такой комплексный подход к лечению намного ускорит выздоровление.

55. При витилиго, псориазе, туберкулезе кожи и др. кожных заболеваниях, когда мн. рекомендации больным использовались в течение долгого времени, а результаты не удовлетворяют, следует провести очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После этой, даже единственной, но полной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

56. При всех внутренних и кожных заболеваниях (волчанка, проказа, псориаз и др.), когда мн. вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы, предлагается *уриноterapia*, требующая перевода больного на полное голодание с приемом внутрь по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды. Наружно (обязательное условие этой терапии) необходимо натирание (массаж пораженного участка тела) теплой мочой больного в течение часа и более 2—3 раза в день. Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, можно старую, но подогретую; лечение ускорится, если после массажа на пораженный участок тела ставить компрессы из теплой его мочи, а по мере их высыхания увлажнять снова.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания примерно 1—3 недели, реже больше, до полного выздоровления.

Такой метод лечения, особенно с чисткой кишечника, всегда дает положительный результат.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой пищи или соки с медом по вкусу; потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

57. При фурункулах свою теплую мочу путем легкого надавливания втирают вокруг фурункула в течение 10—15 минут. Затем на это место ставят компресс из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, хорошо пропитанного теплой мочой больного, фиксируют бинтом или пластырем, по мере высыхания увлажняют снова. Такие процедуры необходимо делать 2—3 раза в год, увлажнять компресс постоянно и на ночь. Любые фурункулы рассасываются и заживают достаточно быстро.

58. Бородавки, разные наросты на коже, сыпи и т. п. устраняются путем продолжительного массажа (натирания) больного места теплой мочой больного около часа и

более 2—3 раза в день. После массажа на больное место накладывают компресс из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, хорошо пропитанного теплой мочой больного, закрепляют бинтом или пластырем, по мере высыхания увлажняют снова. Время такой терапии обычно 1—4 недели, реже больше.

59. При всех кожных заболеваниях и их лечении с помощью *поста* и *уринотерапии*, чтобы ускорить исцеление, следует делать инъекции стерилизованной мочи больного по 1—2—3 мл (детям по 0,2—0,3—0,5 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции ускорят выздоровление даже при запущенных формах болезни.

❖ **КОКЛЮШ И ПАРАКОКЛЮШ** — острое инфекционное заболевание, характеризующееся острым катаром дыхательных путей и приступами спастического кашля; передается воздушно-капельным путем (чиханием, кашлем и т. п.). Источником инфекции является больной коклюшем человек (в том числе и стертыми формами болезни). Заболевают преимущественно дети до 5 лет (реже взрослые).

1. Обслуживающему таких больных персоналу следует носить плотно закрывающую органы дыхания (нос и рот) *защитную маску*, состоящую из 2—3 слоев марли или 1—2 слоев чистого льняного полотна. Если такая маска рассчитана на многократное использование, к следующему дню (удобнее на ночь) ее следует прокипятить в течение 10—15 минут, выстирать, высушить и прогладить. Она готова к повторному применению.

2. Листья *белены черной* в виде настойки принимают внутрь при раздражающем и спастическом кашле.

Настойка: 1 часть листьев настаивают в 3 частях 70°-ного спирта и принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Ядовито! Строгая дозировка!

3. Семена и листья *болиголова крапчатого* в виде настойки принимают внутрь при судорожном и болезненном кашле.

Настойка: 1 часть сырья настаивают в 3—4 частях 96°—70°-ного спирта и принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды не более 5 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Очень ядовито!

4. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь при простудном кашле, коклюше и заболеваниях дыхательных путей.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют в горячем виде с медом без ограничения по стакану 3—5 раз в день.

5. Траву *буквицы лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при воспалении дыхательных путей, кашле, коклюше, бронхиальной астме и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают с медом по вкусу по 2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды и на ночь.

6. Сок *редьки посевной (черной)*, смешанный с медом, принимают внутрь при кашле и коклюше у детей, воспалении и др. заболеваниях легких.

Выжимают сок из корнеплода, смешивают в водяной бане с медом 1 : 1 и дают детям по чайной или десертной ложке смеси 3—5 раз в день до еды.

7. Траву *росянки круглолистной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при судорожном кашле, коклюше и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки, детям — по 1—2 чайных, 3—4 раза в день до еды.

Принимать осторожно. Большие дозы могут вызвать рвоту!

8. Корень или траву *синеголовника полевого* в виде настоя принимают внутрь при раздражающем кашле, коклюше, хроническом бронхите и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы или корня настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Траву (листья) *синяка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как активное отхаркивающее и успокаивающее кашель средство при кашле, коклюше и др. заболеваниях дыхательных путей.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее и успокаивающее кашель средство при сухом и спастическом кашле и коклюше.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды — для взрослых, детям — по десертной ложке 3—4 раза в день до еды.

11. Все растение *фиалки изменчивой* (листья и корни) в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при коклюше, кашле, заболеваниях бронхов и туберкулезе легких.

Настой 1: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день до еды.

Настой 2: 2 ст. ложки сырья (корней и листьев) настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды — для взрослых, детям — по чайной или ст. ложке сладкого настоя через каждые 2 часа.

12. При кашле и коклюше у детей перетирают через терку 5—6 зубчиков *чеснока* и кипятят 10 минут в стакане *молока*. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и поят детей ст. ложками несколько раз в день, лучше до еды.

13. При сильном кашле простудного характера и коклюше у детей необходимо поить больного ребенка по 1/2—2/3 стакана 3—5 раз в день его теплой мочой и массировать (растирать) — шею, грудь и спину в течение часа и более его горячей мочой 2—3 раза в день. После массажа на эти места ставят на продолжительное время теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, хорошо пропитанного теплой мочой ребенка, по мере высыхания их увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой его. Этот метод лечения достаточно быстро исцелит ребенка.

14. При коклюше, если вышеперечисленные рекомендации для ребенка неприемлемы или не дают результата, следует сделать несколько инъекций его стерилизованной мочи по 0,3—0,5 мл 3—5 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции намного ускорят действие др. препаратов и полное исцеление ребенка.

❖ КОСТИ (их травмы и заболевания)

1. Кору корня, корни или листья *бархата амурского* в виде настоя принимают внутрь при костном туберкулезе и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды. Подобным настоем делают продолжительные ванны для больного, лучше на ночь.

2. Листья *будры плющевидной* в свежем виде или в виде сгущенного настоя из сухих используют наружно при травмах и др. заболеваниях костей как средство, способствующее регенерации костных тканей.

Применение: свежие листья перетирают или толкут до образования тестообразной массы, прикладывают к больным местам и закрепляют бинтом.

В зимний период готовят распаренный в водяной бане порошок из сухих листьев и используют как свежие листья.

3. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно для компрессов при переломах костей как обезболивающее и ускоряющее выздоровление средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды, этим же теплым настоем делают компрессы на больное место.

4. Корни *зверобоя обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при туберкулезе костей, дизентерии.

Настой: 1—2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. При травмах и вялости в костях (конечностей или зубов) народная медицина использует и такой метод лечения. Рожки от молодых *телят* длиной до 7 см (при убое их), клыки от кабанов и других зверей хорошо высушивают, превращают в порошок и по 1/2 чайной ложки этого порошка кладут в пищу (супы, борщи и т. д.) 3 раза в день. Существует мнение, что при таком методе лечения костная система укрепляется достаточно быстро.

6. При слабости, травмах народная медицина использует и такой метод лечения. Мелким («бархатным») напильником перетирают *медную монету* или др. предмет в мелкую стружку. Малую щепотку (0,2—0,3 г) этой стружки смешивают с пищей больного (каша, хлеб с маслом и т. п.) и кормят его продолжительное время для быстрого срастания и укрепления костей.

Лечение этим методом будет ускоренным в комплексе с др. терапиями (апи-, фито- или уринотерапия).

7. При травматических, туберкулезных и др. недугах костей используют натуральное или в смеси *мумие*, принимая его подязычно или внутрь.

Применение: перед подязычным применением препаратов из мумие необходимо провести чистку рта с помощью постного масла, как рекомендовано в разделе «Печень». После такой чистки смесь, приготовленную в водяной бане (мумие с медом 1 : 2), — 1/2 чайной ложки — кладут под язык и держат до полного растворения 2—3 и более раз за 1—2 часа до еды в течение 3—4 недель.

Прием внутрь — в 1/2 стакана свежеприготовленного сока из овощей или фруктов растворяют 0,2—0,3 г мумие (оно легко растворяется в них) и принимают 3—4 раза в день за час до еды.

Для ускорения выздоровления рекомендуется ставить больному теплые компрессы на больное место из сложенной в 3—5 слоев простыни, обильно пропитанной теплым сгущенным настоем из травы *живокости полевой* или

веток *полыни «божье дерево»*, в случае их отсутствия — *теплой мочой* больного, по мере высыхания их увлажняют снова.

8. *Морские водоросли* (как *ламинария*) принимают в виде порошка внутрь как источник минеральных элементов в органическом виде при переломах (трещинах) и др. заболеваниях костей.

Принимают порошок по 1/2—1 чайной ложке 2—3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: чайную ложку порошка на стакан кипятка, настаивают 30 минут и принимают по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до или после еды (по показаниям).

9. Корень *окопника лекарственного* в виде настоя принимают внутрь и в виде мази используют наружно при слабости, вывихах, переломах и туберкулезе костей.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2 часа в стакане кипятка, дают пить детям с медом по вкусу и купают детей в настое для укрепления костей; взрослые принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Мазь: свежий перетертый корень смешивают путем прогрева жира (гусиный или свиной) 1 : 1 и используют для натираний больных мест.

10. Траву *очитка едкого* в виде мази из порошка травы и свиного внутреннего жира используют для втираний при ушибах и переломах костей.

Мазь: 1 часть порошка смешивают с 4 частями прогретой основы.

11. Корень *переступня белого* (*адамов корень, тамус*) в виде настойки принимают внутрь и используют наружно при болях в костях, суставах, плечах и невралгических болях.

Настойка: 1 часть свежего измельченного корня настаивают 10 дней в 3 частях 70°-ного спирта и принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды, используют для растирания при болях в костях или суставах.

12. Траву *полыни полевой «божье дерево»* в виде настоя принимают внутрь, а мазь из нее используют наружно при болях в костях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Мазь: свежие измельченные листья смешивают 1 : 2 с прогретым свиным жиром и используют для растирания.

13. Плоды *шиповника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как средство, положительно влияющее на углеродный обмен, функцию костей и их мозга, при переломах и заболеваниях их и физическом истощении организма.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных плодов настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

14. Листьев *багульника болотного* — 15 г, корня *чемерицы белой* — 15 г, *свиного* (несоленого) *жира* — 500 г.

Мазь: измельченный сбор растений смешивают путем прогрева жира, используют для втирания на больное место при болях в костях.

Мазь ядовита, очень!

15. Травы *маргаритки* — 20 г, листьев *мелиссы* — 20 г, корня *опонника* — 30 г.

Мазь: 200 г растопленного, очень горячего несоленого свиного жира смешивают с 30 г порошка из этого сбора. Смесь парят в духовке час и используют для растирания при туберкулезе костей и позвоночника, в детской практике.

16. При переломах, травмах и др. недугах костей при правильном их вправлении забинтовывают больное место толстым (в 5—6 слоев) слоем бинта и обильно пропитывают эту повязку теплой мочой больного. Сверху накладывают слой пропарафиненной бумаги или целлофана, закрепляют бинтом или пластырем и держат такой компресс максимально долго, по мере высыхания увлажняют снова. В процессе лечения такой компресс разбинтовывать не следует, он постоянно должен быть теплым и влажным от мочи больного.

Для ускорения сращения костей больного следует перевести на полное голодание в течение продолжительно-

го времени с приемом внутрь только по 1/2—2/3—1 стакану (в зависимости от возраста) 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

В случае невозможности перевода на полное голодание допускается кормить один раз в день небольшой порцией перетертых овощей или фруктов, но с обязательным приемом его мочи, как рекомендовано выше. Не следует забывать, что даже одноразовый прием пищи удлиняет время полного выздоровления.

При таком методе лечения (особенно при полном голодании) травмы костей заживают достаточно быстро, не оставляя следов.

✚ **КРАПИВНИЦА** — аллергическое заболевание, характеризующееся зудом и высыпанием волдырей вследствие отека сосочкового слоя кожи. См. также раздел «Антиаллергические средства».

1. Корневища *аира болотного* в виде порошка принимают внутрь при крапивнице. Принимают регулярно по 1/2 чайной ложки на ночь, запивают теплой кипяченой водой.

2. Траву *дурнишника обыкновенного* в виде настойки принимают при крапивнице, золотухе и др. кожных заболеваниях.

Настойка: 2%-ная на 50°-ном спирте, принимают: дети — по 2—10 капель (в зависимости от возраста); взрослые — по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

3. Сотовый мед принимают внутрь при крапивнице и др. аллергических заболеваниях как антиаллергическое средство.

Необходимо продолжительно жевать медовые соты. Целебными свойствами обладает воск сотов, из которых откачали мед. Лучше жевать сотовый мед, но если его невозможно достать, положительные результаты могут быть получены при потреблении за каждой едой ст. ложки меда на десерт.

4. *Ряску маленькую* в виде настойки или порошка из нее в меду принимают внутрь как жаропонижающее и десенсибилизирующее средство, уменьшающее чувствительность организма к воздействию различных непереносимых организмом веществ.

Настойка: ст. ложку ряски настаивают 5—7 дней в стакане 40°-ного спирта и принимают по чайной ложке настойки 3—5 раз в день до еды.

Порошок ряски смешивают 1 : 1 с медом и принимают по 1/3 чайной ложки 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

✦ **КРОВООСТАНАВЛИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА** (геморроидальные, желудочно-кишечные, легочные, носовые, от ран, внутренние и наружные)

1. Кору корней, кору и листья *барбариса обыкновенного* в виде настойки или настоя принимают внутрь при сильных желудочно-кишечных кровотечениях, заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настойка: 25%-ная из листьев на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—50 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Настой: 1—2 ст. ложки коры или корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Траву *герани луговой (лесной)* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при желудочно-кишечных, легочных и носовых кровотечениях.

Настой: 2—3 чайных ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды; тампончики, смоченные этим настоем, используют при кровотечениях из носа.

3. Траву *горца почечуйного (геморройная трава)* в виде настоя принимают внутрь как нежное слабительное и кровоостанавливающее средство при геморроидальных и других кровотечениях.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Корневища *гравилата городского* (или *гравилата речного*) в виде настоя принимают внутрь при легочных кровотечениях и туберкулезе легких, поносах и мн. др. недугах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки или по 1/4 стакана (в зависимости от стула) настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

5. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных кровотечениях и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно как более эффективное кровоостанавливающее средство при геморрагическом диатезе, внутренних и наружных кровотечениях.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1—2 ст. ложки настойки 3—4 раза в день для остановки угрожающих кровотечений, наружно используют в виде тампонов или повязок при кровотечениях из носа или ран.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при угрожающих кровотечениях из внутренних органов или по 1/4 стакана настоя через каждые 2 часа.

7. Кору *ивы белой* и др. видов в виде настоя или порошка принимают внутрь и используют при желудочно-кишечных и наружных кровотечениях, поносах.

Настой: 1—2 ст. ложки коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

Порошок из коры используют для посыпки ран при кровотечениях из них.

8. Плоды *кизила мужского обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных кровотечениях и поносах.

Настой: 3 ст. ложки сухих плодов настаивают в 3 стаканах кипятка и пьют по стакану (можно с медом по вкусу) теплого настоя 3 раза в день до еды.

9. Корни и листья *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при желудочно-кишечных, легочных, почечных, геморроидальных и наружных кровотечениях.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, наружно этот настой используют для промывания и повязок кровоточащих ран.

10. Корни и корневища *кровохлебки лекарственной* в виде настойки или настоя принимают внутрь как кровоостанавливающее средство при желудочно-кишечных, легочных, геморроидальных и др. кровотечениях.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки 3—5 раз в день до еды.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя 5—6 раз в день, лучше до еды.

11. Соцветия (реже траву) *кошачьей лапки двудомной* в виде настоя или порошка принимают внутрь при желудочно-кишечных, легочных и др. кровотечениях и кровавой рвоте.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя через каждые 2—3 часа или по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок принимают по 1/2 чайной ложки каждые 1—2 часа, запивая теплой кипяченой водой, до остановки кровотечения при кровавой рвоте.

12. Корневища без корней *лапчатки прямостоячей* в виде настоя на молоке принимают внутрь при легочных кровотечениях.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2 часа в ста-

кане молока и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Плоды *липы мягколистной* в виде порошка применяют наружно при кровотечениях из ран, носа и рта в виде полоскания сгущенным настоем из порошка.

14. Траву *мяты перечной* или *водяной* в виде настоя принимают внутрь при кровотечениях из легких и др. внутренних органов.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

15. Корень *окопника лекарственного* в виде сока или порошка капают или кладут в нос, на рану, останавливают кровотечение.

16. Листья и корни (все растение) *подорожника ланцетлистного* в виде настоя принимают внутрь как надежное средство при кровотечениях во внутренних органах, кровотечении, кровавом кашле и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Свежий сок из травы *полыни горькой* (особенно майского сбора) быстро останавливает кровотечение, дезинфицирует (обеззараживает) поврежденные ткани и ускоряет их регенерацию.

Для этих целей можно использовать и сгущенный настой, но он менее эффективен.

Настой: 10%-ный, используют наружно.

18. Соцветия и листья *тысячелистника обыкновенного* в виде чая, настойки или настоя принимают внутрь и используют наружно как одно из самых активных кровоостанавливающих средств при желудочно-кишечных, легочных, почечных, геморроидальных и наружных кровотечениях.

Чай: 3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день без ограничения.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1—2 ст. ложки настойки 3—4 раза в день при всех кровотечениях во внутренних органах, используют на-

ружно для остановки кровотечений и быстрого заживления ран.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

19. Цветки или цветущую траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при внутренних и наружных кровотечениях.

Настой: 3 ст. ложки цветков или травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды, наружно этот настой используют в виде компрессов.

20. Траву *горца почечуйного*, траву *зайцегуба*, соцветия *тысячелистника обыкновенного* (всего поровну) в виде настоя используют наружно для компрессов при любых кровотечениях и как ранозаживляющее средство.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, процеживают и применяют в теплом виде.

21. При наружных кровотечениях и ранениях, когда под рукой нет кровоостанавливающих, дезинфицирующих и ранозаживляющих средств, достаточно промыть рану собственной мочой, забинтовать толстым слоем бинта или льняного полотна, обильно промочить мочой и держать повязку в течение продолжительного времени, периодически увлажняя ее мочой. Этот способ быстро останавливает кровотечение и ускоряет заживление раны.

✚ КРОВООЧИСТИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА, способствующие очистке крови от вируса, инфекции и шлака, являющихся первопричиной, в том числе и смертельных, заболеваний.

1. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях, артрите, подагре и мн. др.

Настой: 3 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

2. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при разных сыпях, прыщах, чирьях и золотухе.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Корни и листья *крапивы двудомной* принимают внутрь как кровоостанавливающее и кровоочистительное средство при анемии, малокровии и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

4. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при мн. заболеваниях обмена веществ (атеросклероз, артрит, подагра, радикулит и др.), кожных заболеваниях (лишай, угри, фурункулы, трофические и др. язвы).

Настой: 3 ст. ложки корня настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, можно с медом по вкусу.

5. Корневища *осоки песчаной (осоки мохнатой)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при кожных сыпях, фурункулах и др. заболеваниях, связанных со шлаком в крови.

Настой: 2 ст. ложки корневищ настаивают 3—4 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды.

6. Траву *подмаренника настоящего (цепкого)* в виде настоя принимают внутрь при неправильном обмене веществ как кровоочистительное средство при частых кожных заболеваниях (частых фурункулах, скрофулезе, лишаях и др.).

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Чистый *прополис* или в смеси с маслом, медом, молоком или спиртом очень полезно принимать как достаточно сильное кровоочистительное средство, обладающее антибиотическим, антисептическим, антимикотическим и противомикробным действием. Прополис и его

препараты принимают внутрь при шлаке в крови и стенках сосудов (холестерин, триглицериды, насыщенные жирные и др. кислоты и др. инородные примеси).

Принимают чистый прополис по 3—5 г, продолжительно жуя, потом глотают, 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

Настойка: 30%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по чайной ложке в 1/2 стакана теплого молока 3—4 раза в день за час до еды.

10—15%-ное прополисное масло (на сливочном масле) едят с хлебом по 20—30 г 3—4 раза в день, лучше до еды.

8. Корни или траву *синяка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях.

Настой: чайную ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Почку *сосны обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при различных заболеваниях кожи, связанных с нарушением обмена веществ в организме.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как достаточно активное кровоочистительное средство при венерических, кожных и других заболеваниях, вызванных нарушением обмена веществ.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Траву *череды трехраздельной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно как кровоочистительное средство при заболеваниях крови, нарушении обмена веществ и кожных заболеваниях (золотуха, рахит, лишай и др.).

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя, детям — по ст. ложке 3—4 раза в день до еды.

Настои для ванн и компрессов: 3 ст. ложки травы на 2 стакана кипятка.

12. Цветки или траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях (золотуха, туберкулез, фурункулез, экзема и др.) и кровоизлияниях внутренних органов.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

13. Травы *фиалки трехцветной* — 10 г, травы *чистотела большого* — 10 г. Весь сбор настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками как кровоочистительное средство при псориазах и стойких случаях экземы.

14. Травы *череды трехраздельной*, травы *фиалки трехраздельной*, травы *яснотки белой* — поровну. Сбор заваривают как чай и пьют (можно с медом по вкусу) без ограничения как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях (золотуха, прыщи, сыпи, фурункулез и т. д.).

15. Травы *земляники лесной*, травы *череды*, травы *фиалки трехцветной*, травы *яснотки белой* — поровну.

Назначение сбора, его приготовление и прием — см. № 14.

16. Корня *лопуха большого* — 15 г, листьев *смородины черной* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *яснотки белой* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 50 мл настоя через каждый час как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях.

17. Травы *зверобоя обыкновенного*, корня *лопуха*, корня *одуванчика*, листьев *трилистника*, корня *цикория* — поровну.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 2—3 раза в день до еды как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях (лишай, угри, фурункулы, экземы).

18. Цветков *васильков* — 15 г, травы *вероники* — 10 г,

соцветий *календулы* — 10 г, травы *крапивы жгучей* — 10 г, листьев *ореха грецкого* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, как кровоочистительное средство при фурункулезе и чирьях, изнуряющих больного.

19. На тот случай, если вышеприведенные рекомендации для больного неприемлемы, даем еще одну.

Ежедневно, желательно 3 раза в день, задолго до еды, можно и на ночь, больной берет в рот ст. ложку чистого *подсолнечного масла* и энергичными движениями губ и щек гоняет во рту, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов. Таким образом взбалтывают это масло в течение 15—20 минут, пока оно не станет белым как молоко. Эту кипенно-белую массу выплевывают в унитаз или яму, ни капли не глотая. После этого рот тщательно полощут теплой кипяченой водой. При мн. заболеваниях (атеросклероз, гипертония, сердечные боли и кожные заболевания) применяется как кровоочистительное средство.

В процессе этого метода лечения пользуются и др. средствами, указанными в данном разделе. Такой комплексный подход к лечению намного ускорит выздоровление.

20. При всех (кроме механических повреждений) сложных вирусных и др. заболеваниях (лепра, псориаз, сифилис и т. п.), когда вышеизложенные рекомендации не дают результата, больному следует провести полную и тщательную очистку кишечника как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После этой, даже единственной, чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

21. При трудно поддающихся лечению заболеваниях (волчанка, иктиоз, проказа, лишай, парапсориаз и мн. др.), даже при СПИДе, больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по 1/2—2/3 стакана собственной мочи 3—5 раз в день и прополисной воды (приготовление

ее см. в данном справочнике), а при отсутствии прополиса — произвольной концентрации настоя из почек тополя или отстоянной кипяченой воды.

Ежедневно дважды в день больному ставят клизму из смеси 1 : 1 его мочи и теплой кипяченой воды, всего 1,5—2 л, подкисляя смесь двумя ст. ложками яблочного уксуса. Нужно добиться, чтобы вся эта жидкость полностью вошла в кишечник взрослого человека и вышла оттуда с отбросами также полностью.

Наружно (обязательное условие этой терапии) больному делают массаж (растирание) всего тела или пораженного участка собственной теплой мочой в течение двух и более часов. После массажа на все тело или на пораженные участки ставят теплый компресс из сложенного в 5—6 слоев льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, по мере высыхания компресс увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой больного.

Если количества собственной мочи для растирания недостаточно, допускается брать мочу здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но компрессы ставят только с мочой больного.

Время такой голодной терапии зависит от тяжести заболевания. Проводить ее нужно до полного исцеления.

По окончании лечения недопустимо переедание. Необходимо овоще-фруктовая диета с минимальной термической обработкой пищи или употребление соков (можно с медом по вкусу) с постепенным увеличением порций и переходом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

22. При мн. трудно поддающихся лечению заболеваниях, когда прием мочи внутрь для больного неприемлем, следует, продолжая пост (см. № 21), делать ему инъекции собственной стерилизованной мочи по 1—3 мл (детям, в зависимости от возраста, — 0,3—0,5—1,0 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Эти инъекции намного ускорят действие рекомендованных выше препаратов и полное исцеление.



❖ **ЛАРИНГИТ** — воспаление слизистой оболочки гортани, возникающее чаще всего при остром катаре верхних дыхательных путей, гриппе и др. инфекциях, а также в результате перенапряжения голоса.

1. Ядра семян *абрикоса* в виде эмульсии (лучше в комплексе с др. лекарственными растениями) рекомендуется принимать при ларингите, коклюше и др. заболеваниях. Приготавливают эмульсию из 20—30 семян, употребляют 3—4 раза в день.

2. Корневища *айра болотного* в виде горячего настоя используют для полоскания рта при ларингите и стоматите.

Настой: 1—2 чайные ложки корневищ настаивают 3—5 часов в стакане кипятка, подогревают и полощут рот.

3. Траву *гравилата городского* в виде горячего настоя используют для полоскания рта и горла при воспалительных процессах рта и горла.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка, подогревают и полощут рот.

4. Листья *ежевика сизой* в виде сгущенного горячего настоя используют для полоскания рта и горла при ангине, ларингите и стоматите.

Приготовление настоя — см. № 3.

5. Кору *ивы* (чаще *козьей*) в виде горячего настоя принимают внутрь и используют для полоскания рта при катаре верхних дыхательных путей, гингивитах и стоматите.

Настой: 1—2 ст. ложки настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 5—6 раз в день до еды; горячим настоем полощут горло.

6. Хорошие результаты при остром и хроническом ларингите дает лечение *медом*: ингаляции, аппликации и прием внутрь.

Для ингаляций используется 30%-ный раствор меда в воде. В домашних условиях для этой цели используется чайник с небольшим количеством воды. Чайник ставят на включенную электроплитку. После закипания воды добавляют 1—2 ст. ложки меда и выключают плитку. На носик чайника надевают резиновую трубку и через нее осторожно вдыхают пары воды с медом. По мере остывания раствора в чайнике его периодически подогревают. Продолжительность такой ингаляции — 15—20 минут, лучше делать ее на ночь.

Мед путем ингаляции и приема внутрь до 100 г в день используют при самых разнообразных заболеваниях дыхательных путей — ларингите, рините, синусите, трахеите.

7. При воспалении горла с повышением или без повышения температуры тела с успехом используют 15%-ное *прополисное масло* или чистый *прополис* для приема внутрь.

Принимают чистый прополис по 3—5 г, продолжительно жуя, потом глотают, 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

Приготовление и прием масла: 100 г сливочного масла (несоленого) в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 15 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем помешивания смеси в течение 30 минут при температуре +80° и до полного остывания. Масло готово. Принимают его по чайной ложке на 1/2 стакана горячего молока 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

8. Все растение (траву и корни) *просвирника низкого* (*калачики*) в виде настоя принимают внутрь при воспалительных процессах дыхательных путей и заболеваниях горла и ротовой полости, особенно при сухом кашле и охриплости голоса.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стака-

не кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Цветочные корзинки и листья (без колючек) *татарника колючего* (*будяк*) в виде настоя принимают внутрь при воспалении гортани, заболеваниях слизистой рта и языка, ангине, кашле и др. недугах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 3—4 часа в стакане кипятка. Горячим настоем полощут рот и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

10. *Чеснок посевной* используют для лечения ангины, ларингита и туберкулеза горла.

Применение: зубок чеснока надкусывают и держат (посасывая сок) во рту максимально долго с последующим многократным повторением. Цель — сок и эфирные масла обволакивают горло и этим лечат заболевания.

11. Корневищ *аира* — 10 г, коры *дуба* — 8 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г, листьев *шалфея лекарственного* — 10 г.

Настой: весь сбор настаивают 1—2 часа в литре кипятка, подогревают и используют для полоскания рта и горла при опухолых языка (иногда трещинах на нем) с ознобом, повышенной температурой и при затрудненном дыхании.

12. Корневищ *аира*, корневищ *лапчатки прямостоячей*, соцветий *ромашки* — поровну.

Отвар: 1—2 чайные ложки сбора настаивают 3 часа в стакане кипятка, кипятят 10 минут и используют для полоскания рта и горла при ангине, ларингите и стоматите.

❖ ЛЕГКИЕ (разные заболевания дыхательных путей).

1. При любых инфекционных, инфекционно-аллергических заболеваниях дыхательных путей, передаваемых воздушнокапельным путем (астма, бронхит, воспаление, пневмония, туберкулез и др.), с выраженными или стертыми формами заболевания, во избежание заражения при контакте с больным следует использовать плотно закры-

вающую органы дыхания (нос и рот) *защитную маску*, состоящую из 2—3 слоев марли или 1—2 слоев чистого льняного полотна.

Если такая маска рассчитана на многоразовое использование, к следующему дню (удобнее на ночь) ее следует прокипятить в течение 10—15 минут, выстирать, высушить и прогладить. Она готова к повторному применению.

При сложных (запущенных) формах заболевания нелишне будет после стирки продезинфицировать эту маску настоем (произвольным по концентрации) из корневища *аира болотного*, молодой коры *ивы* (любых видов), настоем или настойкой из почек *осины обыкновенной* или *тополя черного*, высушить, но лучше использовать влажной. Такая дезинфекция маски намного усилит ее бактерицидные свойства и предохранит от заражения.

2. Листья *агавы американской* в виде сока из них с медом принимают внутрь при затянувшемся упорном бронхите и туберкулезе легких.

Свежеприготовленный сок из листьев смешивают в водяной бане с медом 1 : 1 и принимают по ст. ложке смеси 3—5 раз в день до еды.

3. Траву *адониса весеннего (горцицвета)* в виде настоя принимают внутрь при простуде, воспалении, туберкулезе и эмфиземе легких, физическом истощении организма и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 чайных ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день; детям двухлетнего возраста — по 15 капель, двенадцатилетнего возраста — по 1—2 чайные ложки 5—6 раз в день до еды.

Растение ядовито! Строгая дозировка!

4. Листья *алоэ древовидного* в виде сока из них, смешанного с медом и вином, принимают внутрь при воспалении, туберкулезе и др. заболеваниях легких, чахотке.

Приготовление и прием смеси: 150 мл сока смешивают с 350 мл крепкого домашнего вина и 250 г центробежного меда, настаивают (периодически взбалтывая) 4—5 дней и принимают по ст. ложке смеси (иногда в 2/3 стакана теплого молока) 3—5 раз в день до еды.

5. Корень *алтея лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и отхаркивающее средство при катаральных состояниях горла и дыхательных путей.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 4—8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Кору корней, корни и листья *бархата амурского* в виде настоя принимают внутрь при респираторных инфекциях, костном и легочном туберкулезе и как тонизирующее средство для истощенного организма.

Настой: ст. ложку измельченного сырья настаивают 2—3 часа в 1—2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4—1/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

7. *Березовый (чистый) деготь* принимают внутрь при заболеваниях горла и легких (ангина, ларингит, бронхит, воспаление и туберкулез).

Принимают деготь по 5—10 капель, можно с 1/2 стакана теплого молока с медом по вкусу, 3—4 раза в день до еды.

8. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях, бронхите, бронхиальной астме, кашле и туберкулезе легких.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 2 часа в 1—2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

9. При заболеваниях легких, особенно при чахотке и др., истощающих организм, применяют свежесжатый *виноградный сок*. Лечение начинают с 300—400 мл сока или 500—600 г винограда в день, которые принимают в 3 приема: утром, за час до еды, за час до обеда и задолго до ужина, повышая каждый день количество винограда на 200—300 г в день. Кожуру и зерна следует выбрасывать. Если у больного зубы больные, гнилые, то вместо винограда ему следует пить свежеприготовленный сок, как указано выше.

Ежедневная пища должна быть высококалорийной, лучше вегетарианской.

10. Корневища или траву *герани лесной (луговой)* в виде настоя принимают внутрь при ангине, ларингите, катаре верхних дыхательных путей, при кровотечениях и туберкулезе легких.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и выпивают за день глотками.

11. Корневища *герани кроваво-красной* в виде настоя принимают внутрь при бронхите, катаре и туберкулезе легких.

Настой: 2 чайные ложки корневищ настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Семена *горчицы сарептской* в виде горчичников или горчичных ванн используют как отвлекающее и вызывающее перераспределение крови средство при простуде и воспалении легких. Горчичники или горчичные компрессы ставят на область спины и груди, а муку из порошка насыпают в носки (чулки). Иногда (что удобнее в применении) готовят горчичную настойку из порошка семян на спирте или водке в соотношении 1 : 40 и используют для растирания вместо горчичников.

13. Корневища с корнями *девясилы высокого* в виде настоя, настойки или порошка с медом принимают внутрь как отхаркивающее и дезинфицирующее средство при заболеваниях дыхательных путей, бронхитах со значительной секрецией слизи, бронхиальной астме, коклюше и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья парят в духовке всю ночь в литре теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная из корневищ на 40°-ном спирте, принимают по ст. ложке настойки 3—4 раза в день до еды.

Порошок из корневищ смешивают в водяной бане с

медом 1 : 1 и принимают внутрь по чайной ложке смеси 5 раз в день до еды.

14. Траву *донника лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Плоды (семена) *дурмана обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь каплями как наркотическое средство при одышке, судорожном и астматическом кашле и хронических катарах дыхательных путей.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды или молока 3—6 раз в день, лучше до еды.

16. Траву *золототысячника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при туберкулезе легких и как средство, восстанавливающее силы после тяжелых заболеваний.

Настой: ст. ложку травы настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

17. Корни или траву *зопника клубненосного* или *зопника колючего* в виде настоя принимают внутрь при бронхите, воспалении, туберкулезе легких, пневмонии и кашле.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Плоды *инжира обыкновенного* в истолченном виде, сваренные в молоке (и, что лучше, с медом по вкусу), принимают внутрь при бронхиальной астме, остром катаре верхних дыхательных путей, бронхите, бронхоэктатической болезни, трахеите, болях в груди, огрублении плевры и др. недугах.

Отвар: 2 ст. ложки плодов кипятят 10 минут в 1—2 стаканах молока, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

19. Корневища *касатика германского* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее, болеутоляющее и подавляющее развитие туберкулезных микробактерий средство.

Настой: 2 чайные ложки сухих корневищ настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Траву или все растение *крапивы жгучей* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное отхаркивающее средство при бронхиальной астме (без резко выраженной эмфиземы легких), коклюше и одышке.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Корень *любистока аптечного* в виде отвара принимают внутрь как отхаркивающее средство при переполнении бронхов мокротами.

Отвар: 3—4 ст. ложки корня заливают литром воды, напаривают в духовке ночь, утро и кипятят 5—7 минут, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

22. Листья *мать-и-мачехи* в виде настоя принимают внутрь, способствуя отхаркиванию и разжижению мокроты при кашле различного происхождения, воспалении и туберкулезе легких.

Настой: 2 ст. ложки измельченных листьев настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

23. Центробежный *мед* в чистом виде или в смеси с соком *моркови культурной*, горячим *молоком* принимают внутрь как противовоспалительное, отхаркивающее и общеукрепляющее средство при абсцессе, воспалении, туберкулезе и др. заболеваниях.

Принимают по 100—150 г в день, разделив на 3 порции, или в смеси с соком моркови, горячим молоком или чаем, лучше до еды.

24. При различных заболеваниях дыхательных путей

(астме, бронхите, катаре бронхов, плеврите, туберкулезе и т. д.) в качестве дополнительного средства следует жевать медовые соты (крышечки от рамок с медом).

1/2—1 чайную ложку сотов жуют 10—15 минут, затем разжеванную массу выплевывают. Такую процедуру повторяют много раз или через час в течение дня.

Жевание медовых сотов намного ускорит полное выздоровление и дополнительно укрепит иммунную систему.

25. Корнеплод *моркови культурной* в виде свежеприготовленного сока из него с *медом* и свежим *молоком* принимают внутрь при сильном кашле, ангине, охриплости голоса, катаре бронхов и туберкулезе легких.

Концентрация смеси произвольная, принимают по 1/3—1/2 стакана 3—4 раза в день до еды.

26. Корневища и корни *морозника кавказского (пахучего)* в виде отвара принимают внутрь при кашле, плеврите, туберкулезе легких, сердечной недостаточности и мн. др. заболеваниях.

Отвар: 1/2 чайной ложки сырья кипятят в 0,5 л воды до кондиции 1 стакана и принимают по 1/2 чайной ложки отвара 3—4 раза в день до еды.

27. Верхнюю часть головки *мухомора красного* (белоранжевый пигмент) в виде настойки принимают внутрь как отхаркивающее и снотворное средство при кашле и воспалении легких.

Настойка: 1 часть измельченного пигмента на 5 частей водки, настаивают 5—7 дней и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка ядовита, очень! Строгая дозировка!

28. При эмфиземе легких, одышке и др. недугах иногда весьма полезным оказывается *молоко*. Больные получают через каждые 4 часа (3—5 раз в день) от 1/2 до 1 стакана молока, пропущенного через сепаратор, той температуры, которая приятна больному, и он выпивает это молоко (не все сразу) небольшими глотками. Через несколько дней начинают повышать порцию, так что большей частью уже на 2-й неделе больной принимает до лит-

ра молока в день. Необходимо начинать прием молока с малых доз потому, что большое количество молока редко хорошо переносится, а строго распределенные промежутки необходимы во избежание переполнения желудка. Если больные, при постепенном улучшении здоровья, достигли больших приемов молока и вдруг наступает ухудшение (запор или понос), то возвращаются к первоначальным приемам, а неприятные симптомы устраняют средствами фитотерапии.

29. Траву *медуницы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при детском туберкулезе (считается одним из лучших средств), при кашле, болях в горле, охриплости голоса, катаре верхних дыхательных путей, бронхите и кровохаркании.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают час в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки 3—4 раза в день до еды.

30. Траву *мяты перечной* или *мяты водяной* в виде настоя принимают внутрь при кровотечениях из легких.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

31. Все растение (траву и корни) *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как достаточно эффективное средство при заболеваниях легких.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

32. Корень *опонника лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при физическом истощении, туберкулезе легких и др. заболеваниях.

Настой на молоке или кипятке: ст. ложку корня настаивают в духовке 6—7 часов, но без кипения. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают по 1/2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

33. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь при абсцессах внутренних органов.

Отвар: 3—4 ст. ложки почек или коры кипятят в литре воды, пока не останется половина жидкости, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по $\frac{2}{3}$ —1 стакану теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная из почек на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на $\frac{1}{2}$ стакана теплого молока с медом по вкусу 3—4 раза в день до еды.

34. Корень *ослиника двухлетнего* в виде настоя принимают внутрь при туберкулезе легких и болях в груди.

Настой: 2 чайные ложки корня настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, лучше до еды.

35. Траву или все растение *очанки прямостоячей (глазная трава)* в виде настоя принимают внутрь при воспалении слизистой оболочки бронхов, сопровождаемом кашлем и вязким секретом, охрипшем голосе, простуде.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

36. Траву *никульника (жабрея) пятнистого* в виде настоя принимают внутрь при бронхиальном катаре с густой мокротой, бронхиальной астме и кашле.

Настой: 3—4 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по $\frac{1}{2}$ стакана горячего настоя 3—4 раза в день до еды.

37. Листья *подорожника большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь при различных заболеваниях дыхательных путей — астме, катаре бронхов, коклюше, туберкулезе легких и др.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды или как чай, без ограничения.

38. Язычковые краевые цветки, реже с листьями, *подсолнечника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при катаре верхних дыхательных путей, бронхиальных спазмах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают с медом по вкусу за день глотками.

39. Корень *полыни обыкновенной (чернобыльник)* в виде отвара на вине принимают внутрь при туберкулезе легких, туберкулезном менингите и как общеукрепляющее средство.

Отвар: 1—2 ст. ложки корней варят 10 минут в стакане белого вина, добавляют 1—2 ст. ложки меда, хорошо промешивают и принимают по ст. ложке отвара на 1/2 стакана теплого молока 3—5 раз в день до еды.

40. *Прополис* в чистом виде, в виде настойки или прополисного масла принимают внутрь при астме, туберкулезе бронхов, фиброзно-кавернозной форме туберкулеза легких, хроническом фарингите, кровохаркании, кашле.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, потом глотают, 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

Настойка: 20—25%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 40—50 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

Приготовление и прием прополисного масла: 1 кг сливочного масла (несоленого) в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 100—150 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре +80° и до полного остывания. Масло готово. Принимают его по чайной ложке за 1—1,5 часа до еды, лучше с теплым молоком, с медом по вкусу или кипятком.

Ингаляцию 30%-ным раствором прополиса делают так же, как и с медом, см. раздел «Астма бронхиальная», № 25 и др. разделы.

41. Все растение (траву и корни) *просвирника низкого (калачика)* в виде настоя принимают внутрь при воспалении во рту, охриплости голоса, заболевании горла и кашле.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 ста-

канах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

42. Корневища *пырея ползучего* в виде отвара принимают внутрь как потогонное и отхаркивающее средство при простуде, воспалении дыхательных путей, туберкулезе легких и болях в груди.

Отвар: 3—4 ст. ложки корневищ кипятят 10—15 минут в литре воды, настаивают 1—2 часа и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

43. Корнеплод *репы огородной* в виде сока или отвара принимают внутрь как противопростудное средство при сильном кашле, потере голоса, астме, ларингите, бессоннице и др. недугах.

Свежеприготовленный сок корнеплода смешивают в водяной бане с медом 1 : 3 и принимают по 1—2 ст. ложки смеси 3—4 раза в день до еды.

Отвар: 2 ст. ложки измельченного корнеплода кипятят 15 минут в 300 мл воды. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого отвара (иногда по стакану) 3—4 раза в день до еды.

44. Траву *росянки круглолистной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как противокашлевое средство при судорожном кашле на нервной почве, простудном кашле, кровохаркании, бронхиальной астме, хроническом бронхите, крупозном воспалении легких.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при крупозном воспалении и туберкулезе легких.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

Принимать осторожно! Большие дозы могут вызвать рвоту!

45. *Ряску маленькую* в виде порошка с медом или настойки принимают внутрь при воспалениях и опухолках слизистых оболочек верхних дыхательных путей.

Пилули: порошок из ряски смешивают 1 : 1 с медом и принимают по 1—2 г на прием, запивая теплой кипяченой водой, 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

46. Корнеплод *свеклы красной* в виде свежеприготовленного сока или сока, смешанного с медом, принимают внутрь при простудных и др. заболеваниях легких (воспаление, плеврит, рак и др.), анемии и малокровии.

Свежеприготовленный сок смешивают в водяной бане с медом 1 : 2 и принимают по 1/3—1/2 стакана смеси 3—5 раз в день до еды, при этом уменьшается опухоль, улучшаются самочувствие и аппетит.

47. Траву или корни *синеголовника плосколистного* в виде настоя или порошка принимают внутрь при кашле любого происхождения, раздражающем кашле, коклюше, хроническом бронхите и как отхаркивающее средство.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок из сырья принимают по 2—3 г 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой, 3—5 раз в день до еды.

48. Листья или траву *синяка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее и успокаивающее кашель средство при коклюше и др. недугах.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

49. Цветки (реже с листьями) *сирени обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при кашле, коклюше, одышке и туберкулезе легких.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 3 часа или по 2—3 ст. ложки 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 1/4 стакана сырья настаивают 5—7 дней в

стакане 40°-ного спирта и принимают по 50 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка в день до еды.

50. Корневища *солодки голой* в виде порошка принимают внутрь как отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Чайную ложку порошка размешивают в 1/4 стакана теплой кипяченой воды и выпивают все 3—4 раза в день до еды.

51. Сосновую смолу *сосны обыкновенной* принимают по 5—6 измельченных зерен, запивая теплой кипяченой водой, 3—4 раза в день, лучше до еды, как отхаркивающее средство.

52. Траву *сушеницы болотной* в виде настойки принимают внутрь при абсцессе, кавернозном туберкулезе, спонтанной гангрене и др. заболеваниях.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2 чайной или 1—2 ст. ложки настойки 3—5 раз в день до еды, можно в 1/2 стакана теплого молока или кипятка.

53. Цветочные корзинки и листья (без колючек) *та-тарника колючего (чертополох, будяк)* в виде настоя или порошка принимают внутрь при простудных заболеваниях, кашле, астме, туберкулезе легких и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) от 2 ст. ложек до 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Порошок принимают по чайной ложке 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, лучше до еды.

54. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя принимают внутрь как антисептическое; бактерицидное, отхаркивающее и успокаивающее кашель средство при сухом и спастическом кашле, коклюше, бронхиальной астме и воспалении легких со слизистой мокротой.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день или более до еды.

55. Плоды *тмина обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при воспалительных процессах в бронхах и легких (болях в груди).

Настой: 1—2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3 раза в день до еды. Иногда к плодам тмина добавляют траву тимьяна обыкновенного и плоды укропа.

56. Почки *тополя обыкновенного (осокоя)* в виде настоя принимают внутрь как антисептическое, болеутоляющее и отхаркивающее средство при заболеваниях легких.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

57. Соцветия *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при легочных кровотечениях и кровохаркании.

Настой: 1—2 ст. ложки соцветий или травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

58. Траву и семена *укропа огородного* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при одышке и др. недугах в легких.

Настой: 3—4 чайные ложки истолченных плодов или травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды и стакан настоя с медом по вкусу — на ночь.

59. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и отхаркивающее средство при кашле и мн. заболеваниях легких.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

60. Траву *хвоща полевого* в виде настоя принимают внутрь при некоторых формах туберкулеза легких, связанных с нарушением силикатного обмена, и отеках любого происхождения..

Настой: 2—3 ст. ложки побегов настаивают 2 часа в 2—3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

При остром воспалении почек препараты хвоща противопоказаны.

61. Цветущую надземную часть *курильского чая* *кустарникового* в виде настоя принимают внутрь как противомикробное и отхаркивающее средство при крупозном воспалении и туберкулезе легких.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

62. Цветки или траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь при легочных и др. кровотечениях, кровохаркании и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

63. Листья *алоэ древовидного* в возрасте 3—5 лет выдерживают, срезав, при температуре +4...+8°C в течение 12 дней. Затем промывают в проточной воде, измельчают и заливают теплой кипяченой водой в соотношении 1 : 3. Настаивают 1—1,5 часа и отжимают. К 100 мл этой смеси добавляют 500 г измельченных ядер грецких орехов и 300 г меда, хорошо промешивают и принимают по 2—3 ст. ложки этой смеси 3—4 раза в день до еды при туберкулезе легких.

64. При абсцессах и др. нагноительных заболеваниях бронхов и легких, помимо приема препаратов внутрь, следует делать ингаляцию (вдыхание фитонцидов) из *лука* или *чеснока*, как рекомендовано в разделе «Ангина», № 17 или № 23, только с др. компонентами: стакан свежеперетертого лука или чеснока, 30—40 г пчелиного воска и 1/2 стакана меда. Такую ингаляцию проводят по 25—30 минут на ночь. Удобнее будет пользоваться рекомендацией № 17.

65. Травы *зверобоя обыкновенного* — 10 г, травы *крапивы жгучей* — 15 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раз в день до еды при туберкулезе легких.

66. Листьев *мать-и-мачехи* — 10 г, листьев *подорожника большого* — 10 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 65.

67. Свежие мелкоперетертые листья *подорожника большого* и др. видов — 500 г, мед центробежный, темного цвета — 500 г.

В водяной бане все тщательно промешивают, настаивают 2 недели и принимают по 1—2 ст. ложки смеси (можно в стакане теплого молока) 3—5 раз в день до еды.

68. Корня *алтея лекарственного*, травы *тимьяна ползучего* — поровну.

Отвар: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах воды, кипятят 5 минут и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при зловонном бронхите, бронхоэктазии и др. заболеваниях.

69. Цветков с прицветниками *липы*, травы *тимьяна ползучего* — поровну. Сбор в виде чая пьют с медом по вкусу без ограничения при простудных заболеваниях, кашле, коклюше и тяжелом дыхании.

70. Листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, корня *алтея* — 20 г, травы *душицы* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как отхаркивающее средство.

71. Листьев *мать-и-мачехи* — 40 г, листьев *подорожника большого* и др. видов — 30 г, корневищ *солодки голой* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого (можно с медом по вкусу) настоя 3—4 раза в день до еды как отхаркивающее средство.

72. Корня *алтея лекарственного* — 20 г, корневищ *солодки* — 20 г, плодов *укропа* — 10 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя че-

рез каждые 3 часа (можно с медом по вкусу) как отхаркивающее средство.

73. Цветков *бузины черной*, травы *горца птичьего*, листьев *мать-и-мачехи* — поровну. Сбор в виде горячего чая с медом пьют без ограничения при воспалении легких, сильных бронхитах, плевритах и др. заболеваниях.

74. Листьев *будры плющевидной* — 20 г, цветков *бузины черной* — 20 г, почек *тополя* — 10 г.

Настой: весь сбор настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (добавив мед по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при заболеваниях дыхательных путей (бронхит, воспаление легких и др.).

75. Листьев *будры плющевидной*, травы *дурнишника обыкновенного*, корней и листьев *копытня европейского* — по 10 г.

Настой: весь сбор настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при заболеваниях дыхательных путей (воспаление, бронхит и др. заболевания легких).

76. Цветков *гречихи посевной*, цветков *дикого мака*, листьев *мать-и-мачехи*, цветков *просвирника лесного* (*мальва лесная*) — по 10 г, травы *медуницы* — 20 г.

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды при болезни гортани, катарах ее, мучительном и сухом кашле, ларингите.

77. Цветков и листьев *липы* — 20 г, цветков *коровяка* — 5 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, корневищ *солодки голой* — 15 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 5 часов в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при кашле, коклюше, катаре дыхательных путей и сухом бронхите.

78. Корня *алтея* — 40 г, цветков *коровяка* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, корневищ *солодки* — 15 г, плодов *фенхеля* — 10 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах воды, кипятят 5 минут и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды при кашле, хроническом и сухом бронхите, трахеобронхите и др. заболеваниях дыхательных путей.

79. Плодов *аниса дикого* — 20 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры *ивы* всех видов — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 10 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при кашле, коклюше, бронхите и воспалении легких.

80. Сок из листьев *агавы* или *алоэ* — 40 мл, *масло сливочное (несоленное)* — 100 г, *мед центробежный* — 100 г, *сма-лец свиной* или *гусиный* — 100 г, порошок *какао* (для вкуса) — 50 г.

Все тщательно перемешивают в водяной бане путем перетапливания жиров и меда без кипения, затем добавляется сок алоэ и порошок какао. Промешивают до полного остывания смеси, хранят в темном месте. Принимают по ст. ложке на 2/3 стакана горячего молока 3—4 раза в день до еды при упорном бронхите, туберкулезе легких и др. заболеваниях, истощающих организм.

81. Корневищ *аира* — 5 г, веток *багульника* — 5 г, травы *вероники* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, листьев *подорожника* — 20 г, цветков *ромашки* — 20 г.

Настой: чайную ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при коклюше, бронхиальной астме и бронхите.

82. Биостимулированный сок из листьев *алоэ* — 1 стакан, порошок из *березовых почек* — 40 г, порошок из корня или листьев *синеголовника* — 60 г, 15%-ное *прополисное масло* (см. № 40) — 1,5 кг, *мед центробежный* — 1,5 кг.

Все тщательно перемешивают в водяной бане путем прогрева прополисного масла и меда, добавляют сок алоэ и др. компоненты, снова промешивают до полного остывания смеси. Принимают по ст. ложке на стакан горячего

молока 3—5 раз в день до еды при туберкулезе легких, пневмонии, чахотке и др. сложных заболеваниях дыхательных путей.

83. Сок из листьев *алоэ* — 1 стакан, цветки и листья *липы* — 50 г, центробежный *мед* (темного цвета) — 1,2 кг, 10%-ное *прополисное масло* (см. № 40) — 200 г, *гусиный* или *свиной жир* — 150 г.

Прогревают в водяной бане жир до вскипания, кладут прополисное масло и промешивают, не доводя до кипения, потом мед (продолжая промешивать, не доводя до кипения) и остальные компоненты, смешивают до образования однородной массы и полного остывания и принимают по ст. ложке смеси на 1/2 стакана теплого молока 3—5 раз в день до еды при воспалении, туберкулезе, пневмонии, чахотке и др. заболеваниях легких.

84. При туберкулезе и др. заболеваниях легких используют и такую смесь: *коньяк* (длительной выдержки) — 3/4 стакана, *лимоны* — 10 шт., *мед* (лучше темного цвета) — 400 г, *яйца куриные* (свежие и оплодотворенные) — 10 шт.

Приготовление и прием смеси: в банку кладут свежие яйца и заливают свежеприготовленным соком из всех лимонов. Закрывают ее плотной бумагой и настаивают примерно 8—10 дней в темном и сухом месте до полного растрескивания яичной скорлупы. В водяной бане прогревают мед до температуры +40...+45°C и в жидкий мед путем промешивания добавляют остальные компоненты. Смешивают до полного остывания смеси и принимают по 1—2 чайных ложки смеси (можно в 1/2 стакана теплого молока) 3—4 раза в день, лучше до еды. Хранят смесь в сухом и прохладном месте примерно 2—3 недели.

85. Центробежный *мед* — 1 л, *лимоны* — 10 шт., *чеснок* — 10 полных головок.

Приготовление и прием: выжимают сок из всех лимонов, измельченных на мясорубке, и чеснока. Смешивают в слегка подогретом меде и настаивают в закрытой банке неделю. Принимают медленно (как бы посасывая) 4 чайные ложки поочередно один раз в день, не торопясь, одну ложку смеси за другой. Принимать сбор следует ежедневно (без перерыва) при одышке.

86. При заболеваниях легких (астма, бронхит, воспаление, плеврит, пневмония и др.), когда больной пользовался мн. данными выше рекомендациями, а результаты не удовлетворяют, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

87. При заболеваниях легких хорошие результаты дает *урилотерапия* при условии, что все ее правила будут полностью соблюдены.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по $2/3$ —1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (натирание) тела его теплой мочой в течение часа и более 2—3 раз в день в области груди, спины и шеи. После массажа на эти места ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев полотна, хорошо пропитанного его теплой мочой, по мере высыхания их увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой.

Если количества мочи для растирания тела у больного недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но компрессы ставят только с мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, ее необходимо проводить до полного выздоровления, примерно 3—6 недель. Результаты всегда бывают прекрасными.

По окончании лечения больного следует перевести на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой пищи или соки, можно с медом по вкусу и без ограничения, потом на обычную пищу, лучше вегетарианскую.

88. При воспалении, туберкулезе, пневмонии и др. заболеваниях легких, когда вышеизложенные рекомендации неприемлемы или не дают результата, следует делать инъекции собственной стерилизованной мочи по 1—2—3 мл

(детям, соответственно возрасту, — 0,3—0,5—1,0 мл) 5—6 и более раз в день, удобнее под кожу лопатки или бедра. Это полезно и для тех, кто применяет рекомендацию № 87. Такие инъекции намного ускорят действенность др. препаратов и быстро исцелят больного даже тогда, когда др. средства не помогают.

✚ **ЛИХОРАДКА** — инфекционное заболевание вирусной природы — реакция организма на вредные (пирогенные) агенты; выражается в повышении температуры тела и имеет защитно-приспособительное значение.

1. Корневища *аира болотного* в виде настоя или порошка принимают внутрь как антисептическое средство, убивающее микроорганизмы.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок принимают по 0,5—1—2 г 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

2. Облиственные побеги (траву) *багульника болотного* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях и перемежающейся лихорадке.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают час в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) без ограничения или по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Листья *березы белой* в виде настоя принимают внутрь как антисептическое и противовоспалительное средство при простудных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Цветки *бузины черной* в виде горячего настоя принимают внутрь как противопростудное и жаропонижающее средство при кашле, коклюше и болях в груди.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в

литре кипятка и пьют с медом по вкусу в горячем виде по стакану настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Корень *василистника желтого* в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее, противовоспалительное и антисептическое средство при лихорадке, малярии и др. простудных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *володушки золотистой* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях, лихорадке, малярии и как стимулирующее организм средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Кору *ивы ломкой* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее средство при лихорадочных состояниях (вместо хинина), малярии и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при простудных заболеваниях и поносах.

8. Траву, корневища с корнями *гравилата городского* или *речного* в виде настоя принимают внутрь как сильное антисептическое, противолихорадочное и противовоспалительное средство при повышенной температуре, раздражающем кашле, лихорадке, малярии, головной боли и бессоннице.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Семена *горчицы сарептской* в виде настойки принимают внутрь и используют наружно при простудных заболеваниях, лихорадке, малярии и др.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают внутрь по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день, лучше до еды, если нет противопоказаний (гиперацидные гастриты и др.). Наружно этой на-

стойкой растирают грудь и спину, затем стараются потеть под теплым одеялом.

10. Все цветущее (с корневищем) растение *земляники лесной* в виде горячего настоя принимают внутрь как противовоспалительное и жаропонижающее средство при кашле, высокой температуре, лихорадке, малярии и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Подогревают, добавляют мед по вкусу и пьют по 1/2—2/3 стакана горячего настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Цветки или кору *калины красной* в виде горячего настоя принимают внутрь как противопростудное средство при лихорадке, кашле, одышке и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана горячего настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Соцветия с верхушечными листьями *клевера лугового (красного)* в виде горячего настоя принимают внутрь как противопростудное средство при лихорадке, малярии и легочных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана горячего настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Ягоды *клюквы болотной* в виде теплых напитков, чаще с медом по вкусу, пьют без ограничения при гиповитаминозах, повышенной температуре, лихорадке, одышке.

14. Траву или плоды семянки *кникуса бенедиктинского* в виде настойки или отвара принимают внутрь при перемежающейся лихорадке и катарах дыхательных путей.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10—15 минут в стакане кипятка, настаивают час и принимают по 2 ст. ложки отвара 3—4 раза в день до еды.

15. Листья и корни *крапивы двудомной* в виде настоя

принимают внутрь как противовоспалительное и кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови, авитаминозе и кровотечениях во внутренних органах.

Настой: 3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. При сенной лихорадке, используя любые рекомендации этого раздела, следует принимать, кроме того, внутрь *кукурузное масло* по 1 ст. ложке 3—4 раза в день, лучше за час до еды. Это укрепит иммунную систему больного организма и намного сократит время на исцеление.

17. Цветки *липы сердцевидной* в виде теплого настоя принимают внутрь как противопростудное, жаропонижающее и потогонное средство.

Настой: 2—7 ст. ложек цветков настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу в теплом виде без ограничения.

18. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как жаропонижающее, потогонное и мочегонное средство при простудных и мн. др. заболеваниях.

Настой: 3 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, подогревают, добавляют мед по вкусу, пьют по стакану горячего настоя 3—4 раза в день до еды и ложатся в постель.

19. *Медовые соты* (крышечки с медом от рамок) или пчелиный воск, смешанный с медом, полезно жевать при сенной лихорадке, сильном насморке и заболеваниях дыхательных путей.

Жевать медовый сот следует без ограничений, 3—5—7 раз в день по чайной ложке и более, результаты лечения будут быстрыми.

20. Траву с цветочными корзинками *нивяника обыкновенного* (*луговая ромашка*) в виде настоя принимают внутрь при простуде, кашле, лихорадке и др. заболеваниях.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Солому *овса посевного* в виде отвара или чая при-

нимают внутрь как жаропонижающее, мочегонное и ветрогонное средство.

Отвар: 3—4 ст. ложки измельченной соломы кипятят 10 минут в литре воды, настаивают 1—2 часа, подслащают медом и пьют без ограничения, как чай.

22. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как жаропонижающее и бактерицидное средство при лихорадке, дизентерии и др. вирусных заболеваний.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

23. Почки *осоко́ра (тополя) обыкновенного* в виде настойки или настоя принимают внутрь при мн. вирусных и инфекционных заболеваниях как антисептическое и диуретическое средство.

Настойка: 15—20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 50 капель настойки на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 4—5 раз в день до еды.

Настой: 2 чайные ложки измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

24. Траву или все растение *очанки прямостоячей* в виде настоя принимают при простуде, лихорадке, кашле и др. недугах.

Настой: 3 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

25. Листья *надуба кустарникового* в виде отвара принимают внутрь как противопростудное, противолихорадочное и мочегонное средство.

Отвар: ст. ложку листьев кипятят в 0,5 л воды, пока не выкипит половина жидкости, и выпивают (иногда с медом по вкусу) в теплом виде глотками за два дня, более сильная доза — за один день.

26. Язычковые цветки, сердцевину стебля, реже листья *подсолнечника обыкновенного* в виде настойки или настоя принимают внутрь как достаточно эффективное противохолерное средство, особенно при заболеваниях простудного характера.

Настойка: одну часть сердцевины стебля («вату») настаивают 10 дней в восьми частях водки и принимают по 2—3 ст. ложки настойки 3—4 раза в день до еды.

Настойка цветков и листьев: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

27. *Прополис* в чистом виде или в смеси с маслом, медом, алкоголем принимают внутрь как отличную прибавку к ежедневной пище при заразных (вирусных и инфекционных) заболеваниях как активное кровоочистительное средство.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, потом проглатывая, 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

10—15%-ное прополисное масло принимают по ст. ложке 3—4 раза в день, лучше за час до еды. Приготовление его см. в др. разделах.

28. Траву с цветочными корзинками *пуанки красильной* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при лихорадке, кашле и воспалении верхних дыхательных путей.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

29. Корневища *пырея ползучего* в виде отвара принимают внутрь при ломоте в теле, лихорадке и туберкулезе легких.

Отвар: 3—4 ст. ложки корневищ варят в 4 стаканах воды, пока не останется половина жидкости, принимают (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

30. *Ряску маленькую* в виде настойки или порошка в меду принимают внутрь как жаропонижающее средство.

Настойка: 20%-ная на водке, принимают по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

Порошок смешивают с медом 1 : 1 и принимают по 1—2 чайных ложки 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, до еды.

31. Плоды, листья *смородины черной* в виде горячего настоя принимают внутрь как противопростудное и жаропонижающее средство при лихорадочных состояниях.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану горячего настоя 3—4 раза в день до еды.

32. Плоды *смородины красной* в виде свежеприготовленного сока из них или настоя принимают внутрь при лихорадочных состояниях как жаропонижающее и противопростудное средство.

Сок принимают по 1—2 чайных или ст. ложки на 1/2 стакана горячего чая или кипятка 3—5 раз в день до еды.

Настой: 3—4 ст. ложки перетертых плодов настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана горячего настоя 3—5 раз в день до еды.

33. Листья *тутовника обыкновенного* (*шелковицы*) в виде горячего настоя принимают внутрь как жаропонижающее и противопростудное средство.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают час в литре кипятка и пьют с медом по вкусу по 2/3—1 стакану горячего настоя 3—5 раз в день до еды.

34. При сенной лихорадке (тяжелой форме заболевания) рекомендуется принимать смесь, состоящую из 2 чайных ложек *яблочного уксуса* и 2 чайных ложек *меда* на 1/2 или 2/3 стакана теплой кипяченой воды до завтрака, до ужина и на ночь.

35. Плоды *шиповника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при авитаминозе С как средство, повышающее сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, интоксикациям и неблагоприятным погодным условиям.

Красавка



Лимонник китайский

Морозник кавказский



Морской лук

Настой: 2 ст. ложки измельченных плодов настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

36. Кору молодых ветвей *ясеня обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь как противолихорадочное средство.

Отвар: 1—2 ст. ложки коры кипятят 10—15 минут в стакане воды и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

37. Почек *березы*, коры *вяза гладкого*, коры *ивы козьей* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды при лихорадке.

38. Почек *березы* — 15 г, почек *тополя* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное и противовоспалительное средство при вирусных заболеваниях крови, лихорадке и малярии.

39. Листьев *крапивы двудомной* — 10 г, листьев *смородины черной* — 10 г, плодов *шиповника обыкновенного* — 20 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана горячего настоя 3—5 раз в день при частых простудных заболеваниях как поливитаминное средство.

40. Листьев *крапивы двудомной* — 10 г, плодов *рябины красной* — 20 г, листьев *смородины черной* — 10 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 39.

41. При лихорадке или малярии с высокой температурой и ознобе, когда вышеописанные рекомендации для больного неприемлемы и он ищет более доступную и результативную, укажем *уринотерапию*, достаточно быстро исцеляющую весь организм при условии соблюдения всех ее правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной кипяченой воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (натираение) шеи, груди и спины в течение двух и более часов теплой собственной мочой 2 раза в день. После массажа на эти места ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев полотна, хорошо пропитанного теплой мочой, которое по мере высыхания увлажняют снова теплой свежей или старой, но подогретой мочой больного.

Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, но компрессы ставят только с мочой больного.

Время такой голодной терапии варьирует в зависимости от тяжести заболевания, температура тела падает до нормы в течение 1—2 суток, ее следует проводить до полного выздоровления, примерно 7—10 дней.

42. При всех формах лихорадки, если вышеприведенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, необходимо сделать несколько инъекций его стерилизованной мочи по 1—2 мл 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и при использовании рекомендации № 41, они намного ускорят действие других препаратов, рекомендованных выше, и полное исцеление.

✦ **ЛИШАИ** — вирусные, инфекционные или грибковые заболевания кожи.

1. Траву *горца почечуйного* в виде настоя принимают наружно при лишаих и сыпи для примочек и компрессов.

Настой: произвольный, максимальной концентрации, используют в горячем (без обжигания) виде.

2. Траву *дурнишника обыкновенного* в виде сока или сгу-

шенного настоя применяют наружно при лишаях, экземах и грибковых поражениях кожи.

Свежие листья перетирают через терку и смазывают полученной массой пораженные места. При этом наблюдается некоторое жжение; применять осторожно или использовать настой.

Настой: произвольный, максимальной концентрации, в виде примочек или орошений в теплом виде.

3. Корневища *лапчатки прямостоячей* в виде настоя или мази из порошка применяют наружно при лишаях, мокнувшей экземе и др. кожных заболеваниях.

Настой: произвольный, максимальной концентрации, в теплом виде используют для примочек или компрессов на пораженный участок кожи.

Мазь: 50%-ная на любой жировой основе.

4. Репейным маслом *лопуха большого* смазывают 2—3 раза в день участки кожи, пораженные отрубевидным лишаем.

5. Соком из свежесрезанной луковицы *лука репчатого* смазывают 2—3 раза в день места, пораженные отрубевидным лишаем.

6. Соком листьев или околоплодников *ореха грецкого* или сгущенным настоем из них лечат стригущие лишай, туберкулез кожи и экзему. Натирают пораженные участки кожи 2—3 раза в день.

7. Кору *осины обыкновенной* в виде настоя или настойки используют наружно для примочек или компрессов при лишаях и туберкулезе кожи.

Настой: максимальной концентрации, применяют в теплом виде.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, применяют для растирания пораженного участка кожи.

8. Траву *очитка едкого* в виде мази используют при лишаях.

Мазь: 50%-ная на хорошо прогретом свином жире, применяют для втираний на пораженные участки кожи.

9. Семена *партулака огородного* в виде настоя используют наружно для компрессов или примочек при чесоточном лишае.

Настой: концентрация максимальная, применяют в теплом виде.

10. 5—10%-ные спиртовые или масляные вытяжки из *прополиса* с успехом принимают внутрь и используют наружно при волчанке, глубоких пиодермиях и различных формах туберкулеза кожи.

Настойка: 5—10%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды, одновременно используют для втираний на пораженные участки кожи.

11. При опоясывающем лишае прикладывают к пораженному участку кожи компресс с неразбавленным *яблочным уксусом* (поливая прямо из бутылочки) 4—5 раз в день и 2—3 раза ночью (если больной просыпается). Через несколько минут применения уксуса зуд и ощущение жжения кожи исчезают. При таком методе лечения больной быстро выздоравливает.

12. При стригущем лишае (трихофитии) прикладывают к пораженному участку кожи компресс 6 раз в день, с утра и до вечера (перед сном); если больной проснется, пусть промочит еще 1—2 раза компресс *яблочным уксусом*.

Яблочный уксус — прекрасное антисептическое средство, приводящее к быстрому выздоровлению.

13. Свежеприготовленным соком *чеснока посевного* смазывают 4—5 раз в день места, пораженные отрубевидным лишаем.

14. Соцветия *тмина обыкновенного* (*бессмертника песчаного*) в виде сгущенного отвара используют наружно для компрессов при лишаях и гнойничковых поражениях кожи.

Отвар: 3—4 ст. ложки соцветий кипятят 10 минут в 0,5 л воды, настаивают 1—2 часа и обильно смоченный компресс прикладывают на пораженные участки кожи, по мере высыхания увлажняют снова.

15. Чистый *деготь* — 1 часть, *медный купорос* (пережженный на огне до образования белого порошка) — 1 часть, *сера желтая* (порошок) — 1 часть.

Сбор перекипятить, тщательно перемешать до образования однородной массы.

При отсутствии дегтя в качестве основы можно использовать гусиный или свиной жир. Этой мазью смазывают участки кожи, пораженные грибом (волчий лишай) между пальцами рук и ног, экземой и лишаем.

16. Уголь березовый (порошок) — 1 чайная ложка, свежеприготовленный сок или кашица чеснока — 1 чайная ложка, свежеприготовленный сок из корня лопуха — 1 чайная ложка. Все тщательно промешать и натереть участки кожи, пораженные стригущим лишаем.

17. Сок из корня лопуха — 1 чайная ложка, сок из околоплодников ореха грецкого — 1 чайная ложка, уксус яблочный — 1 чайная ложка. Все тщательно перемешивают и этой смесью натирают пораженные участки кожи при опоясывающем, стригущем и любом лишае.

18. 25%-ная настойка из плодов партулака огородного — 1 чайная ложка, перетертый чеснок (кашица) — 1 чайная ложка, сок околоплодника ореха грецкого — 2 чайных ложки, уксус яблочный — 2 чайных ложки. Все тщательно промешивают и этой смесью натирают пораженные участки кожи при любом лишае.

19. Сок околоплодника ореха грецкого — 1 чайная ложка, 10%-ная настойка прополиса — 1 чайная ложка, перетертый чеснок (кашица) — 1 чайная ложка, яблочный уксус — 1 чайная ложка. Все тщательно промешивают и этой смесью натирают пораженные участки кожи при любом лишае.

20. 30%-ные настои из компонента травы льнянки, молочая солнцегляда, околоплодников ореха грецкого и травы чистотела большого, каждого — по 2—3 чайных ложки. Все тщательно смешивают и натирают этой смесью пораженные участки кожи при любом лишае.

21. Листьев (травы) багульника — 10 г, травы дымянки аптечной — 20 г, травы золототысячника — 20 г, листьев копытня европейского — 10 г, побегов паслена сладко-горького — 10 г, травы фиалки трехцветной — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное средство при чешуйчатом лишае (псориаз), дерматитах и хронической экземе.

22. Травы *вероники* — 10 г, листьев *ореха грецкого* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 15 г, травы *яснотки белой* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное средство при стойких случаях псориаза.

23. Травы с корневищем *земляники лесной* — 10 г, корня *лопуха большого* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *череды* — 10 г, травы *яснотки белой* — 30 г.

Назначение сбора, его применение и прием — см. № 22.

24. Травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *чистотела* — 20 г.

Назначение сбора, его применение и прием — см. № 22.

25. При лишаях, кожном туберкулезе и др. хронических заболеваниях кожного покрова с успехом используют *уринотерапию*, достаточно быстро исцеляющую весь организм, независимо от заболевания, при условии соблюдения всех ее правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 1/2—2/3 стакана 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) продолжительно натирают пораженный участок тела его теплой мочой в течение часа и более 2—3 раза в день. Если для натирания тела количества мочи у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, можно использовать и старую, но подогретую. После натирания на пораженный участок тела ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного или хлопчатобумажного полотна, обильно пропитанного его мочой, по мере высыхания их увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, примерно 1—2 недели, реже больше, ее следует применять до полного выздоровления.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

1. Листья *агавы американской* или *алоэ древовидного* в виде сока из биостимулированных (хуже свежих) листьев в смеси с др. компонентами принимают внутрь как активный биостимулятор для истощенного лучевой и др. болезнями организма, страдающего анемией, лейкоемией и мн. др. недугами.

Смесь: сок из листьев — 150 мл, мелко измельченные ядра грецкого ореха — 500 г, мед центробежный — 300—400 г, свежеприготовленный сок из 3—4 лимонов. Все тщательно смешивают в водяной бане до полного остывания смеси и принимают по чайной или десертной ложке, можно в 1/2 стакана теплого молока или чая, 3—5 раз в день до еды.

2. При лучевой болезни, анемий средней и тяжелой степени на почве анкилостомидоза, острых кровопотерь и др. причин со злокачественными новообразованиями различной локализации, подвергшимися лучевой терапии, рекомендуют для приема внутрь смесь из биостимулированных листьев *алоэ древовидного* с компонентами в виде сиропа с железом.

В состав препарата входят: раствор хлорида закисного железа с содержанием 20%-ного железа — 100 мл, 20%-ной соляной кислоты — 15 мл, лимонной кислоты — 0,4 г, сок из листьев *алоэ* — 1 л. Смесь тщательно взбалтывают. На вид жидкость от светло-оранжевого до бурого цвета, кислой реакции, горьковато-сладкого вкуса с металлическим вкусовым оттенком. Хранят в прохладном без замораживания защищенном от света месте.

Принимают внутрь по 30—40 капель в 1/4 стакана теплого молока или кипятка с медом 3—4 раза в день до еды.

3. Траву *барвинка розового* или *малого* в виде настоя, настойки или порошка принимают внутрь в комплексной терапии при остром лейкозе (заболеваниях системы крови) у детей и как средство, обладающее противоопухолевой активностью, задерживающее деление клеток на стадии метафазы.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Порошок принимают по 2—3 г 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

4. Траву *горца птичьего* или все растение в виде настоя принимают внутрь при гипохромной анемии и как средство, восстанавливающее обмен веществ в организме.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Все цветущее растение (траву и корневища) *земляники лесной* в виде настоя принимают внутрь при лейко-кровии, малокровии и мн. др. заболеваниях.

Настой: 3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды или без дозировки — как чай.

6. Свежеприготовленный сок из листьев и кочерыжки *капусты огородной* пьют без ограничения по 5—6 стаканов в день люди, подвергшиеся радиоактивному облучению, как доступный природный антирадиант, лучше до еды.

7. Траву *заячьей капусты (скрипуна)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как тонизирующее, общеукрепляющее и противовоспалительное средство при комплексе заболеваний в организме.

Настой: ст. ложку травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель 3—4 раза в день до еды.

8. Все растение (корни и листья) *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь при анемии, малокровии и др. заболеваниях, истощающих организм.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане

кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

9. Водоросли ламинарии (морской капусты) в виде порошка принимают внутрь как естественный природный антирадиант и средство, способствующее выведению из организма цезия, стронция и др. элементов.

Принимают порошок по 1/2 чайной ложки 3—4 раза в день до еды, запивая кипяченой водой.

Противопоказаны препараты ламинарии при нефрите, геморрагическом диатезе, крапивнице, фурункулезе.

10. Маточное (пчелиное) молочко в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь как средство, способствующее выздоровлению и восстановлению сил после облучения гамма- или рентгеновскими лучами, при анемии, лейкемии и мн. др. недугах.

Молочко в чистом виде, 30 мг (на кончике ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

Смесь: 1—2 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда; 1/2 чайной ложки смеси кладут под язык и держат до полного рассасывания или смешивают с 1/2 стакана теплого молока (первый прием лучше) и выпивают все 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 5—10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 10 капель на ст. ложку молока или кипятка 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

11. Центробежный мед в чистом виде или в смеси с др. компонентами полезно принимать как естественный природный антирадиант и один из самых легкоусвояемых, высококалорийных продуктов питания для истощенного мн. заболеваниями организма. Принимают мед по 100—120 г в день с теплым молоком, чаем или кипятком, разделив на три порции.

12. Плоды мордовника шароголового в виде настойки принимают внутрь как естественный природный антирадиант при лечении последствий хронического воздействия радиации, рассеянном склерозе, параличах, вялом парепарезе и др. заболеваниях.

Настойка: 1—2%-ная на 70°-ном спирте, принимают

по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

13. Масло из плодов *облепихи крушиновидной* принимают внутрь и используют наружно как естественный природный антирадиант для профилактики и лечения повреждений радиоактивными и рентгеновскими лучами слизистой внутренних органов (рта, пищевода, желудочно-кишечного тракта) и кожи.

Кору молодых ветвей облепихи в виде настоя принимают внутрь как противоопухолевое средство.

Масло принимают внутрь по 1—2 чайных ложки 3—4 раза в день до еды, запивая теплым молоком или чаем.

Настой: 2 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

14. Цветущую траву *овса посевного* в виде настойки принимают внутрь как тонизирующее и укрепляющее средство при физическом и нервном истощении, отсутствии аппетита и бессоннице.

Настойка: 20%-ная из свежих, измельченных растений на 70°—40°-ном спирте, принимают по 40—50 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день до еды.

15. *Пектины*, получаемые из морских растений, свекловичного жома или яблок, в виде настоя принимают внутрь как очень эффективное средство при лечении лучевых поражений и средство, выводящее из организма тяжелые металлы; пектины активизируют иммунную систему и повышают сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям. Кроме того, препараты из пектина хорошо выводят холестерин из организма.

Настой: 1/2 чайной ложки порошка пектина настаивают 2—3 минуты в 2/3—1 стакане теплого чая, молока или кипятка, промешивают и выпивают все 3—5 раз в день до еды. На полный курс лечения необходимо 1,5—2 кг чистого пектина.

16. *Прополис* (особенно весенний сбор и собранный с тополя) в чистом виде или в виде настойки принимают внутрь как средство, улучшающее состояние больных ане-

мией, лейкоцием, лейкоцием и онкологическими заболеваниями.

Принимают чистый прополис по 3—5 г, долго жуя, потом проглатывая, 3—5 раз в день за 1,5—2 часа до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день за час до еды.

17. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно как природный естественный антирадиант при воспалениях слизистых рта и внутренних органов, возникающих в результате облучения; наружно — при ожогах рентгеновскими лучами.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Наружно используют в виде компрессов или примочек.

18. Листья *смородины черной* в виде настоя принимают внутрь при общем недомогании, мышечной слабости, малокровии и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Корневища *солодки голой (гладкой)* в виде настоя принимают внутрь как сильное тонизирующее средство, улучшающее показатели крови и иммунного статуса, обеспечивают здоровье и долголетие организма.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки или по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Противопоказаны препараты из солодки при гипертонии, сердечно-сосудистой недостаточности и ожирении.

20. Для укрепления иммунной системы организма, устранения комплекса заболеваний, связанных с облучением, как активный биостимулятор регулярно принимают *солод*, приготовленный из пшеницы или ржи.

Зерно моют в теплой воде помещают в один слой между двумя слоями льняного или хлопчатобумажного полотна, хорошо промоченного в теплой воде, и оставляют при температуре +22°..+24°. Верхнюю ткань периодически увлажняют до появления (прокалывания) ростков.

Обычно они появляются через 1—2 суток. Проростки целебны и вкусны, если они не более 1 мм. Их быстро высушивают, превращают в муку и добавляют ее в салаты, соусы, кисели и т. д. Если порошок из солода засыпать в стакан со свежевскипяченным молоком или кипятком, получается каша или кисель, который принимают как активный биостимулятор без ограничения.

21. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя, настойки или масляных извлечений принимают внутрь и используют наружно как средство, улучшающее обмен веществ, повышающее сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям среды, стимулирующее грануляцию и эпителизацию поврежденных тканей.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды. Наружно — в виде примочек или компрессов.

Настойка: 10—20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день до еды. Наружно — в виде примочек или орошений.

Масляный настой: 2 ст. ложки травы настаивают 10 дней (ежедневно взбалтывая) в стакане теплого подсолнечного масла и используют как примочку или повязку.

22. Плоды *тутового дерева (шелковицы)* черного цвета в любом виде (сыром, вареном и т. п.) принимают внутрь без ограничения при анемии, особенно железодефицитной, наступающей после кровопотери, и вялости кроветворных органов. Во время лечения диета больного должна быть мягкой и питательной, лучше вегетарианской.

23. Употребление *зеленого чая* в виде сгущенного настоя способствует улучшению здоровья при лейкемии, происходящей в результате отравления организма стронцием-90.

24. Масло из плодов *шиповника обыкновенного* используют наружно при лучевых поражениях кожи, трофических язвах голени, ожогах и др. заболеваниях.

Масло выгоняют из орешков шиповника или, в домашних условиях, настаивают измельченные орешки нужной концентрации в спирте продолжительное время с

последующим выпариванием спирта путем кипячения в подсолнечном масле.

25. Если мн. рекомендации для больного неприемлемы, советуем прибегнуть к *уринотерапии*, достаточно быстро исцеляющей организм при облучениях и др. заболеваниях, истощающих иммунную систему и организм в целом.

Больного переводят на полное голодание в течение небольшого промежутка времени с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (натирание) тела или больного места его теплой мочой в течение часа и более 2—3 раза в день (шеи, груди, спины, живота и конечностей). После массажа на грудь, спину и больное место ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного или хлопчатобумажного полотна, обильно пропитанного его теплой мочой; по мере высыхания его увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой больного. Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, ее допускается брать у здорового человека того же пола, но компрессы ставятся только с мочой больного.

Время такой голодной терапии зависит от тяжести заболевания, ее следует проводить максимально долго: 2—3 недели, реже — больше, зато результаты исцеления, как правило, бывают прекрасными.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соковую, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

26. При любых заболеваниях, вызванных лучевыми поражениями, если потребление мочи внутрь для больного неприемлемо, ему, при продолжении поста, следует делать инъекции из его стерилизованной мочи по 1—2—3 мл (детям, соответственно возрасту, — 0,3—0,5—1,0 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и тем, кто пользуется рекомендацией № 25. Они намного ускорят выздоровление при любых недугах.



✚ **МАЛОКРОВИЕ** — недостаточность кроветворных функций. См. также «Анемия», «Диатезы геморрагические».

1. Свежие плоды *айвы обыкновенной* в свежем виде или в виде настойки принимают внутрь как источник железа при малокровии.

В свежем виде едят их без ограничения.

Настойка: 30%-ная из свежих плодов на 40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

2. Траву *золототысячника зонтичного* в виде настоя принимают внутрь как средство, восстанавливающее силы после продолжительных заболеваний, при малокровии, головной боли и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

3. Корни *каперсов колючих* в виде настойки принимают внутрь при малокровии как средство, способствующее увеличению количества тромбоцитов в крови, и при нервном истощении.

Настойка: 1—2 ст. ложки коры корней или молодой коры настаивают 10 дней в 100 мл 70°-ного спирта и принимают по 25—30 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

4. Траву и корни *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь (с медом по вкусу) без ограничения при малокровии, кровотечениях во внутренних органах.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л

кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до и после еды.

5. *Маточное (пчелиное) молочко* в малых дозах, 30 мг (на кончике ст. ножа), кладут под язык и держат до полного растворения за час до еды, или смесь молочка с медом, алкоголем используют подязычно или принимают внутрь при анемии, лейкемии, малокровии как средство, стимулирующее кроветворение и повышающее количество гемоглобина в крови.

Чистое молочко принимают подязычно 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают со 100 г слегка подогретого меда и 1/4 чайной ложки этой смеси берут под язык, где держат до полного рассасывания (растворения) 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

Настойка: 1—2%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10 капель на ст. ложку теплого молока или кипятка 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

6. Траву *мокрицы обыкновенной (звездчатки средней)* в виде настоя принимают внутрь при малокровии, болях в сердце и др. органах как тонизирующее и общеукрепляющее средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Корень *моркови дикой* в виде настоя с медом принимают внутрь при малокровии.

Настой: 2—3 ст. ложки корней настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Свежие плоды *рябины красной* или сок из них принимают внутрь как поливитаминное средство со значительным содержанием каротина при малокровии, гиповитаминозах.

Свежеприготовленный сок принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

Настой: ст. ложку плодов рябины (сухих и измельченных) и ст. ложку измельченных плодов шиповника обыкновенного настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и

пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до или после еды.

9. *Свеклу красную* используют в диетотерапии как поливитаминное средство со значительным содержанием железа, стимулирующего процессы кроветворения. Принимают без ограничения.

10. Плоды *смородины черной* едят, а листья ее в виде настоя принимают внутрь при общем недомогании, малокровии и мышечной слабости.

Плоды едят, а сок из них пьют без ограничения.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Плоды *шиповника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при гипо- и авитаминозе С, малокровии и физическом истощении для резкого повышения обмена веществ в организме.

Настой: 2 ст. ложки измельченных плодов настаивают в теплом месте 2—4 часа. Фильтруют, добавляют 2 ст. ложки меда и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

12. Свежие *яблоки* используют в диетотерапии при малокровии и неблагоприятном воздействии радиации. В день рекомендуется принять 500 г яблок, а если зубы не в порядке, то в перетертом виде. После приема яблок нельзя пить чай в течение 1—2 часов.

13. Листьев *ежевике* — 50 г, травы *зверобоя обыкновенного* — 30 г, цветов *яснотки* — 20 г.

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при малокровии.

14. При анемии, лейкемии, малокровии, заболеваниях кроветворных органов и систем или снижении их функций следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

15. Если мн. рекомендации для больного неприемле-

мы, советуем воспользоваться *уринотерапией*, которая достаточно быстро исцеляет весь организм независимо от заболевания. Исцеление будет еще более ускорено, если до этого больной проведет полную очистку своего кишечника (см. № 14).

Метод лечения уринотерапией см. в разделе «Лучевые поражения» (№ 25) и в других разделах.

✚ **МАЛЯРИЯ** — острое инфекционное заболевание, характеризующееся лихорадочными приступами и др. недугами. Источником инфекции является больной человек и укус самки комара.

1. Корневище *айра болотного* в виде настоя или порошка принимают внутрь при малярии и лихорадке.

Настой: 2 ст. ложки корневищ настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок принимают по 0,5—1 г 3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

2. Корни (иногда и траву) *горечавки шероховатой* в виде настойки принимают внутрь как противомаларийное средство.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—50 капель на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

3. Корни и траву *зопника клубненосного* в виде настоя принимают внутрь при малярии, лихорадке.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Кору *ивы* (всех видов) в виде настоя принимают внутрь как противопростудное и жаропонижающее средство при малярии и лихорадке.

Настой: 1—2 ст. ложки коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя через каждые 2—3 часа или 5—6 раз в день до еды.

5. Цветки или кору *калины красной* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при малярии, лихорадке, кашле и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по $1/3$ — $1/2$ стакана (можно с медом по вкусу) теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Соцветия с верхушечными листьями *клевера лугового* (*красного*) в виде горячего настоя принимают внутрь как противопростудное средство при малярии, лихорадке, легочных и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по $1/3$ — $1/2$ стакана горячего настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Ягоды *клюквы болотной* в виде горячих напитков принимают внутрь без ограничения (чаще с медом по вкусу) при гиповитаминозах, повышенной температуре, малярии и лихорадке.

8. Корень *лопуха большого* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное, потогонное и кровоочистительное средство при простудных и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $2/3$ —1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды. Больного укладывают в постель, укутывают.

9. Плоды *малины обыкновенной* в виде горячего настоя принимают внутрь как потогонное средство при простудных заболеваниях и малярии.

Настой: 3—4 ст. ложки плодов настаивают час в 0,5 л кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по $2/3$ —1 стакану горячего настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Мед назначают при мн. заболеваниях, а также добавляют в настои и сборы как средство, обладающее противомикробным действием и как нежный высококалорийный продукт при вирусных заболеваниях.

В день можно принимать по 100—120 г меда, разделив на 3—4 порции.

11. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара принимают при вирусных и инфекционных заболеваниях как кровоочистительное средство.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10 минут в стакане кипятка, настаивают час и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

12. Почki *осоко́ря (тополя пирамидального)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при мн. вирусных и инфекционных заболеваниях как кровоочистительное средство.

Настой: 1—2 ст. ложки измельченных почек настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или чая 3 раза в день до еды.

13. Сердцевину стебля («вату») *подсолнечника обыкновенного* или его цветки и листья в виде настойки или настоя принимают внутрь при малярии, бронхиальных спазмах и желудочно-кишечных коликах.

Настойка «ваты»: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 3 ст. ложки настойки в течение 3 дней 3 раза в день натощак при малярии.

Настойка цветков: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на ст. ложку кипятка 3—4 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку цветков и листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

14. Цветочные корзинки *полыни цитварной* в виде настоя принимают внутрь при малярии, лихорадке и др. подобных заболеваниях.

Настой: 3—5 г корзинок настаивают час в стакане кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Более высокие дозы могут вызвать отравление!

15. *Прополис* в чистом виде или в смеси с маслом, медом, алкоголем принимают внутрь как отличную прибавку к ежедневной пище при заразных (вирусных или инфекционных) заболеваниях, как активный антибиотик и кровоочистительное средство.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, потом проглатывая, 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

10—15%-ное прополисное масло принимают по ст. ложке 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды. Приготовление его см. в др. разделах.

Настойка: 20—30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 40—50 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды или молока 3—5 раз в день до еды.

16. Цветки *сирени обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при малярии, кашле, одышке и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Листьев *смородины черной* — 10 г, корня *лопуха* — 15 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *яснотки белой* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

19. Травы *земляники лесной*, травы *череды трехразрядной*, травы *фиалки трехцветной*, травы *яснотки белой* — поровну.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 18.

20. При малярии с высокой температурой и ознобом, если вышеприведенные рекомендации для больного неприемлемы, посоветуем *уринотерапию*, исцеляющую весь организм при условии соблюдения всех ее правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом

внутри только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (натирание) шеи, груди и спины в течение двух и более часов теплой мочой больного 2 раза в день. После массажа на эти места ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев полотна, хорошо пропитанного его теплой мочой, по мере высыхания его увлажняют снова теплой свежей или старой, но подогретой мочой больного.

Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, но компрессы ставятся только с мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания; температура тела падает до нормы в течение 1—2 суток при условии активного лечения, его следует продолжать до полного выздоровления, примерно 7—10 дней.

❖ **МЕНИНГИТЫ** — инфекционное или вирусное раздражение мозговых оболочек, возникающее от инфекций, интоксикаций и других причин, со всеми вытекающими отсюда недугами (головная боль, рвота, повышение температуры, помрачение сознания и т. д.).

1. При этом заболевании обслуживающий больных персонал во избежание заражения должен носить плотно закрывающую органы дыхания (нос и рот) *защитную маску*, состоящую из 2—3 слоев марли или 1—2 слоев чистого льняного полотна. Если такая маска рассчитана на многократное использование, к следующему дню (удобнее на ночь) ее следует прокипятить в течение 10—15 минут, выстирать, высушить и прогладить. Она готова к повторному применению.

2. Семена *гармалы обыкновенной (могильника)* принимают внутрь при сильных головных болях, паркинсонизме, последствиях летаргического энцефалита и др. недугах.

Принимают по 10—15 штук в истолченном виде, запивая теплой кипяченой водой, 2—3 раза в день. В более высоких дозах вызывает состояние полузабытья и сонливости, сопровождающееся благорасположением, галлюцинациями и судорогами.

3. Траву *горца почечуйного (геморройная трава)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Препараты горца противопоказаны при остром воспалении почек.

4. *Гороховая мука* богата глютаминовой кислотой, которая улучшает питание клеток головного мозга, нормализует обмен веществ в нем и лечит атеросклероз.

Принимают муку из плодов гороха по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

5. Траву *живокости полевой* в виде настоя или порошка принимают внутрь при сосудистых и травматических нарушениях головного и спинного мозга.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *зайцегу́ба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя или настойки принимают внутрь при функциональных заболеваниях и последствиях органических заболеваний центральной нервной системы.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-м спирте, принимают по ст. ложке настойки 3—4 раза в день до еды.

7. Соцветия *календулы лекарственной* (лучше темноранжевого цвета) в виде настойки принимают внутрь как сильное антисептическое средство при вирусных заболеваниях, в том числе и крови.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принима-

ют по 1 чайной ложке настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

8. Маточное (пчелиное) молочко в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь (последнее хуже) как средство, обладающее противомикробным и протистоцидным действиями, и как сильный биостимулятор с энергетическим и восстанавливающим воздействием при сильном нервном и физическом истощении.

Чистое молочко, 30 мг (на кончике ст. ножа), кладут под язык и держат до полного растворения (рассасывания) 3 раза в день до еды.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда и 1/4 чайной ложки смеси, принимают подязычно, как чистое молочко, 1/2 чайной ложки этой смеси смешивают с 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка и принимают 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 2—5%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки 3—5 раз в день за час до еды на ст. ложку теплого молока, чая или кипятка.

9. Мед назначают внутрь или смешивают с настоями или отварами как средство, обладающее противомикробным действием, и нежный, высококалорийный продукт для больных и истощенных людей.

В день можно принимать по 100—120 г меда, разделив на 3—4 порции, с теплым молоком, чаем, настоем из плодов шиповника или кипятком.

10. Траву Melissa лекарственной (лимонная трава) в виде настоя принимают внутрь как средство, благоприятно влияющее на головной мозг, особенно при нервных спазмах, головокружении и др. недугах.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) в горячем виде — как чай, без ограничения.

11. Почки или кору молодых ветвей осины обыкновенной в виде отвара принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10 минут, настаивают

час и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки отвара 3—4 раза в день до еды.

12. Почка *осоко́ря (тополя черного)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как кровоочистительное и болеутоляющее средство при вирусных заболеваниях крови и желудочно-кишечного тракта.

Настой: 2 ст. ложки измельченных почек настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25—50%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—4 раза в день до еды.

13. Траву *подмаренника настоящего (цепкого)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. *Прополис* в чистом виде или в смеси с маслом, медом, алкоголем принимают внутрь. Отличная лечебная прибавка к ежедневной пище при заразных (вирусных или инфекционных) заболеваниях в качестве активного антибиотика, кровоочистительного и болеутоляющего средства.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, потом проглатывая, 3—5 раз в день за 1—1,5 часа до еды.

10—15%-ное масло принимают по ст. ложке 3—4 раза в день по 40—50 капель настойки на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

15. Корнеплоды и корни *родиолы розовой (золотого корня)* в виде настойки принимают внутрь при вирусных и инфекционных заболеваниях, функциональных нарушениях деятельности нервной системы, различных неврозах, нервном и физическом истощении как тонизирующее средство.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды в течение продолжительного времени.

Препараты родиолы противопоказаны при резко выраженных симптомах нервных заболеваний и истощаемости корковых клеток.

16. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь с витамином С для лечения и профилактики кровоизлияний, в особенности в головном мозгу, при склеротическом повреждении стенок сосудов.

Порошок из плодов принимают по 0,2—0,5 г, запивая теплым настоем из плодов шиповника, произвольного по концентрации, 3—5 раз в день до еды.

Порошок из бутонов: по 0,3—0,6 г, запивая настоем шиповника.

Настойка: полную ст. ложку цветков настаивают 7 дней в 100 мл 70°-ного спирта, принимают по 20—40 капель настойки в 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—5 раз в день до еды.

17. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное кровоочистительное средство при вирусных и др. заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

18. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

19. Листья *березы белой*, почки *тополя обыкновенного* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при менингите как кровоочистительное средство.

20. Травы *земляники лесной*, травы *череды*, травы *фиалки трехцветной*, травы *яснотки белой* — поровну.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 19.

21. Травы *фиалки трехцветной*, травы *чистотела* — поровну.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

✦ **МЕНЬЕРА БОЛЕЗНЬ** — выражается в водянке лабиринта вследствие нарушения иннервации его сосудов и изменения проницаемости капилляров внутреннего уха. Этиология данного заболевания не выяснена. Симптомы: периодические внезапные приступы понижения слуха на одно ухо, резкого головокружения с нарушением равновесия, тошноты, рвоты. Продолжительность приступов от нескольких часов до нескольких дней. Одностороннее понижение слуха остается после приступов и может прогрессировать с повторением их.

1. Траву *астрагала нушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при головных болях, головокружениях и отеках внутренних органов.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Траву *барвинка малого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, атеросклерозе его, головных болях и головокружениях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья *белены черной* в виде настойки принимают внутрь, а масляное извлечение из них используют наружно как болеутоляющее средство при головной боли, болях во внутренних органах и ушах.

Настойка: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 5—7 дней в 100 мл на 70°—40°-ном спирте, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

Строгая дозировка. Ядовито!

Масло: 30 г порошка из листьев настаивают 8—10 дней в 100 мл подсолнечного масла или кипятят 5—10 минут и в теплом виде закапывают в уши при болях в них.

4. Кору или мелкие веточки *бересклета бородавчатого* в виде настойки принимают внутрь при гипертонии, сильных головных болях и нервных расстройствах.

Настойка: ст. ложку сырья настаивают 5—7 дней в 0,5 л водки и принимают по 10—15 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

5. Траву *вероники лекарственной* и *беловойлочной* в виде настоя принимают внутрь при головных болях и головокружениях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Плоды *гороха посевного* в виде порошка принимают внутрь как средство, улучшающее питание клеток головного мозга и тем самым устраняющее головные боли.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

7. При появлении сильной боли в ушах сворачивают воронку из грубого листа бумаги. Узкий конец воронки вставляют в ухо, держат воронку с малым уклоном вниз и поджигают, следя, чтобы дым направлялся в ухо. Когда воронка начинает догорать, легким ударом руки выбивают конец горячей воронки.

Подобную процедуру при необходимости делают и с другим ухом. Всякая боль и глухота проходят достаточно быстро.

8. Траву *змееголовника тимьяноцветкового* в виде настоя принимают внутрь при головной боли, параличе тройничкового нерва, лицевых парезах и подавленном настроении.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Соцветия *календулы обыкновенной* (лучше темно-оранжевого цвета) в виде настойки принимают внутрь как силь-

ное антисептическое средство при вирусных заболеваниях, в том числе и крови.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

10. Соцветия *клевера лугового (красного)* в виде настоя принимают внутрь при гипертонии, головной боли и особенно головокружении.

Настой: 2 ст. ложки соцветий настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Траву *клевера шуршащего (желтого)* в виде настойки принимают внутрь при общей слабости, шуме в голове и обмороках.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

12. Листья *лаврового дерева* в виде теплого настоя используют для закапывания в уши при гнойных выделениях из ушей и частичной потере слуха.

Настой: ст. ложку измельченных листьев настаивают 2—3 часа в 1/2 стакана кипятка и процеживают.

13. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при головной боли, головокружении (синдром Меньера), водянке и одышке.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2 ст. ложки настоя через каждые 1—2 часа.

14. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь (последнее хуже) как средство, обладающее противомикробным и протистоцидным действиями, как сильный биостимулятор с энергетическим и восстанавливающим воздействием при сильном нервном и физическом истощении.

Чистое молочко, 30 мг (на кончике ножа), кладут под язык и держат до полного растворения (рассасывания) 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда и по 1/4 чайной ложки смеси принимают поджычно, как чистое молочко, или 1/2 чайной ложки смеси смешивают с 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка и пьют 3—4 раза в день за час до еды.

Настойка: 2—5%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплого молока, чая или кипятка 3—4 раза в день за час до еды.

15. Мед следует регулярно принимать внутрь и добавлять в настои, отвары как средство, обладающее противомикробным действием и как нежный высококалорийный продукт питания для больных и истощенных людей.

В день можно принимать по 100—120 г, разделив на 3—4 порции, с молоком, чаем или с теплой кипяченой водой.

16. Траву мелиссы лекарственной в виде настоя принимают внутрь как средство, благоприятно влияющее на головной мозг, особенно при нервных спазмах, головокружении и шуме в ушах.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют в горячем виде (лучше с медом по вкусу) вместо чая, без ограничений.

17. Веточки с листьями омелы белой в виде настоя или настойки принимают внутрь при истерии, головокружении и головной боли.

Настой: ст. ложку сырья настаивают ночь в стакане кипятка и выпивают в 3 приема в течение дня, лучше натощак.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—50 капель на 1/3 стакана теплого чая или кипятка 3—4 раза в день до еды.

18. Почки осокоря (тополя черного) в виде настоя или настойки принимают внутрь как кровоочистительное, болеутоляющее и антисептическое средство.

Настой: 2 ст. ложки измельченных почек настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25 или 50%-ная на 70°—40°-ном спирте, при-

нимают по 20—30 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—4 раза в день до еды.

19. *Прополис* в чистом виде или в виде настойки принимают внутрь как сильнейший антибиотик, антисептическое, обезболивающее и кровоочистительное средство при заболеваниях крови, сосудов и головы, причиненных инфекцией.

Чистый прополис принимают внутрь по 3—5 г, продолжительно жуя, потом проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 20—30%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 40—50 капель настойки, смешав с 1/2 стакана теплого молока или чая, 3—5 раз в день за час до еды.

20. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечно-сосудистых неврозах, повышенной нервной возбудимости и склерозе мозговых сосудов.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25—30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—4 раза в день до еды.

21. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь с витамином С для лечения и профилактики кровоизлияний, в особенности в головном мозгу, при склеротическом повреждении стенок сосудов.

Порошок из плодов принимают по 0,2—0,5 г, запивая теплым настоем из плодов шиповника произвольной концентрации 3—5 раз в день до еды.

Порошок из бутонов принимают по 0,3—0,7 г, запивая настоем шиповника.

Настойка: полную ст. ложку цветков настаивают 7 дней в 100 мл 70°-ного спирта, принимают по 20—40 капель настойки в 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—5 раз в день до еды.

22. Черенки (плодоножки) *тыквы столовой* в виде от-

вара принимают внутрь как хорошее мочегонное средство при отеках сердечного и почечного происхождения, разных формах водянки.

Отвар: 1—3 измельченных черенка (15—20 г) кипятят 15—20 минут в 2 стаканах воды и выпивают отвар (можно с медом по вкусу) в течение дня глотками.

23. Травы *зверобоя обыкновенного*, корня *лопуха большого*, корня *одуванчика*, корня *цикория*, листьев *яснотки белой* — поровну.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

24. Травы *барвинка* — 10 г, травы *вероники* — 10 г, листьев *кипрея* — 20 г, соцветий *клевера лугового* — 15 г, листьев *мелиссы* — 15 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при головных болях и головокружении.

25. При болях и нагноениях в ушах положите голову больным ухом вверх и влейте полную пипетку *яблочного уксуса* (лучше собственного приготовления — гарантия качества и чистоты его) в ушной проход. Помотайте головой, чтобы он хорошо промочил и дно прохода. Через 5—10 минут наклоном головы в др. сторону слейте его. Этот уксус достаточно быстро устранит инфекцию и боль в ушах.

26. При частых головокружениях с нарушением равновесия, потере слуха, тошноте или рвоте (болезнь Меньера), когда вышеизложенные рекомендации не дают результата, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Даже после единственной чистки действенность всех рекомендаций повысится во много раз и полное исцеление ускорится.

27. При частых головокружениях, тошноте, рвоте, потере слуха (болезнь Меньера), когда вышеприведенные

рекомендации не дают результата; больного, после очистки кишечника, переводят на овоще-фруктовую или соковую (с добавлением меда) диету. При этом полезными будут регулярные, до полного выздоровления, инъекции собственной стерилизованной мочи по 0,5—1,0—2,0 мл (для взрослых) 3—6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Такая диета и регулярные инъекции намного ускорят выздоровление.

✚ **МЕТЕОРИЗМ** — вздутие живота, связанное с повышением газообразования в кишечнике, реже заглатыванием воздуха и кишечной дискинезией. Метеоризм наблюдается чаще всего у больных колитами и энтеритами, при повышении давления в воротной вене, при циррозах печени и сердечной недостаточности.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при хр. сердечной недостаточности с застойными явлениями, венозным полнокровием внутренних органов с нарушением их функций.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Кору корня, корень *барбариса обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь при хронических заболеваниях печени и желчного пузыря, метеоризме и других недугах кишечника.

Отвар: 2 чайные ложки сырья кипятят 5 минут в 2 стаканах воды, настаивают 2 часа и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Траву или корневища с корнями *гравилата городского* в виде настоя принимают внутрь как вяжущее и противовоспалительное средство при различных желудочно-кишечных заболеваниях, метеоризме и кишечных коликах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в 300 мл кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Наперстянка пурпуровая



Олеандр обыкновенный

Каштан конский



Пион уклоняющийся

4. Все растение в стадии цветения *дубровника пурпурового* в виде настоя принимают внутрь при желудочно-кишечных болях, метеоризме, как вяжущее средство при поносах и дизентерии.

Настой: 4 чайные ложки сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

5. Траву *золототысячника зонтичного* в виде настоя принимают внутрь при ахилии желудка, туберкулезе кишечника, запорах.

Настой: 1—2 чайных ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Листья до цветения и цветки *ландыша майского* в виде настоя или настойки принимают внутрь при неврозах и сердечной недостаточности.

Настой: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке настоя через каждые 2 часа.

7. Корневища без корней или траву *лапчатки прямостоячей* (*калган*, *узик*) в виде отвара принимают внутрь при остро протекающем воспалении печени, остром гепатите, циррозе печени в отечноасцитической стадии и других заболеваниях.

Отвар: ст. ложку травы или чайную корневищ кипятят 30 минут в 2 стаканах воды, настаивают 2 часа и принимают по 50—100 мл отвара 3—4 раза в день за час до еды. Одновременно ограничивается прием жидкости до 500—600 мл в сутки.

8. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь как нежное послабляющее средство при привычных запорах и метеоризме.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день и 1/4 стакана на ночь.

9. Траву *очного цвета пашенного* (*куриная слепота*) в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, в частности, увеличении ее, хронических запорах и метеоризме.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают час в 0,5 л ки-

пятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза, лучше до еды.

10. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечно-сосудистых неврозах, сердечной недостаточности и как седативное средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день (можно с медом по вкусу) до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

11. Траву *решешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при гепатите, циррозе и др. заболеваниях печени как средство, способствующее восстановлению и нормальной деятельности органа.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Соцветия *ромашки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастриты, колиты и энтероколиты), метеоризме и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день в течение 2—3 месяцев и более.

13. Плоды *тмина обыкновенного* в виде порошка или настоя принимают внутрь как средство, тонизирующее деятельность кишечника, снимающее процессы гниения и брожения в кишечнике, атонии и болях в нем, атонических запорах и метеоризме.

Порошок из плодов принимают по 2—4 г 3—4 раза в день за час до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: 1—2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день за час до еды. Детям — по чайной ложке (можно с медом по вкусу) 5—6 раз в день.

14. Уголь из ветвей *тополя (осокоя) черного* или *липы* перетирают в порошок и принимают внутрь по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день, запивая теплой кипяченой

нодой, до еды при метеоризме и спазмах в желудочно-кишечном тракте, особенно нервного происхождения.

15. Плоды или траву *укропа огородного* в виде настоя принимают внутрь для улучшения пищеварения, при хронических колитах, запорах, метеоризме и спазмах в брюшной полости.

Настой 1: ст. ложку измельченных плодов или травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

Настой 2: ст. ложку измельченных плодов настаивают 2 часа в стакане молока и принимают внутрь по 1/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

16. Травы *золототысячника*, соцветий *пижмы*, соцветий *тмина* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при метеоризме, запорах.

17. Травы *полыни горькой* — 10 г, травы *тысячелистника* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при метеоризме и склонности к поносам.

18. Крупы *овса посевного* — 1 ст. ложка, плодов *тмина* — 2 ст. ложки, листьев *тысячелистника* — 2,5 ст. ложки, плодов *укропа* — 1 чайная ложка.

Настой: весь сбор настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя через каждые 2 часа при метеоризме у взрослых.

19. При болях в животе, метеоризме, запорах и др. недугах, когда мн. вышеизложенные рекомендации не дают результата, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

20. При комплексе заболеваний, метеоризме, болях в животе, запорах и прочих недугах, когда вышеописанные рекомендации для больного неприемлемы, рекомендуем

уринолерию, достаточно быстро ищеляющую весь организм при условии соблюдения всех ее несложных правил.

Большого переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают массаж (растирание тела в области груди, печени, сердца и живота) в течение часа и более 2—3 раза в день теплой, можно и старой, но подогретой мочой больного. После массажа на больное место ставятся теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного или хлопчатобумажного полотна, обильно пропитанного его теплой мочой; по мере высыхания их увлажняют снова, допускается старой, но подогретой мочой его. Сверху компрессы накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболеваний, улучшение состояния здоровья больной почувствует примерно через неделю активного лечения, а после предварительной чистки кишечника — намного раньше.

✚ **МИКСЕДЕМА** — заболевание обусловлено снижением или полным выпадением функции щитовидной железы в результате инфекции, аутоиммунных повреждений, вызывающих атрофию железы, или после тиреоидэктомии. В результате недостатка тироксина значительно снижается интенсивность обменных процессов.

1. Зеленые ветки *дрока красильного* в виде настоя принимают внутрь как стимулятор щитовидной железы (как при пониженной, так и при повышенной ее функции).

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Отвар: 3 ст. ложки сырья кипятят в 0,5 л воды, упаривая до 1/3 жидкости, и принимают по 2 ст. ложки отвара 3—4 раза в день, лучше до еды.

2. Все растение *дурнишника обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь при гипофункции щитовидной железы, эндемическом зобе (недостаток йода) и др. заболеваниях.

Отвар: 3 ст. ложки сырья кипятят 10 минут в 3 стаканах воды, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого отвара 3 раза в день до еды.

3. Все растение (траву и корни) *дурнишника колючего* в виде отвара или настойки принимают внутрь при заболеваниях щитовидной железы как средство, содержащее много йода.

Приготовление и прием отвара — см. № 2.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3 раза в день до еды.

4. Траву *звездчатки средней (мокрицы)* и *звездчатки злаковидной* в виде настоя принимают внутрь при тиреотоксикозе и болях в сердце.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

5. 5%-ную настойку *йода* принимают внутрь каплями как один из лучших катализаторов окисления в организме при заболеваниях щитовидной железы, в частности ожирении, эндемическом зобе и как седативное средство при нервном перенапряжении.

Применение: при весе тела до 65 кг принимают йод: 1 каплю за едой, размешав со стаканом фруктового сока или чая, 1 раз в сутки, в понедельник и четверг каждую неделю.

При весе тела более 65 кг дозу увеличивают до 2 капель и принимают так же. Одновременно смазывают небольшой участок тела (область железы) настойкой йода.

Прием смеси: чайную ложку яблочного уксуса смешивают со стаканом фруктового сока или теплой кипяченой воды, добавляют из капельницы 1 крупную каплю настойки йода, размешивают и выпивают за день глотками во время еды, запивая чаем или молоком.

6. Свежие плоды *каперсов колючих* или консервированный сок из них рекомендуется принимать без ограниче-

ния при базедовой болезни (зоб) как средство, восстанавливающее обмен веществ и тем самым устраняющее заболевание.

7. Траву *ковыля перистого* в виде отвара на молоке принимают внутрь при базедовой болезни (зоб), одновременно делают компрессы на область щитовидной железы из стуженного настоя травы на кипятке.

Отвар: 2 чайные ложки травы кипятят 10 минут в стакане молока, настаивают час и выпивают за день глотками.

8. Пластинчатую часть слоевища *ламинарии (морской капусты)* в виде порошка принимают внутрь при заболеваниях щитовидной железы, зобе, ожирении и др. недугах.

Применение: продаваемую в аптеке крупку морской капусты принимают по чайной ложке 2—3 раза в день с супом или чаем. Для профилактики эндемического зоба достаточно принимать по 1/2 чайной ложки этого порошка 2 раза в неделю.

Противопоказания к приему препарата имеют мн. заболевания: геморрой, крапивница, нефриты, туберкулез легких и др.

9. *Маточное (пчелиное) молочко* в малых дозах принимают подязычно при заболеваниях щитовидной железы, как повышенной, так и пониженной ее функции (базедова болезнь, микседема и др.), как тонизирующее средство, способствующее восстановлению ее функции и обмена веществ во всем организме.

Применение: свежее молочко, 20—30 мг (на кончике ст. ножа), 3—4 раза в день за 1—1,5 часа до еды кладут под язык и держат до полного растворения.

10. При заболеваниях щитовидной железы (гипофункции ее и др.), когда испробовано много вышеописанных рекомендаций, а результаты не удовлетворяют, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После такой, даже единственной, но тщательной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

11. При мн. заболеваниях, в том числе и щитовидной железы, при любых формах ее, даже хронической, достаточно быстро исцеляет *уриноterapia* при условии соблю-

дения всех ее несложных правил, и ускоренно — после чистки кишечника.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 1/2—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (растирание) тела (шеи и всей груди) в течение двух и более часов 2 раза в день теплой мочой больного. Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде. После массажа на эти места ставят продолжительные компрессы из сложенной в 3—5 слоев простыни, обильно пропитанной теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, а по мере высыхания увлажняют снова свежей или подогретой мочой его.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, ее следует продолжать до полного выздоровления, примерно 2—3 недели, реже — больше.

После продолжительного лечения голодом больному главное не переест! Его переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или питание соками, потом на обычную, лучше — вегетарианскую пищу.

✦ **МИОКАРДИТ** — воспаление сердечной мышцы — миокарда. Возникает при многих инфекциях (дифтерии, брюшном тифе, скарлатине, сепсисе, гайморите, острых респираторных заболеваниях, в том числе и гриппе). Однако чаще всего миокардит развивается при ревматизме. Необходимые лечебные средства: противовирусные, кровоочистительные, сердечные гликозиды и др.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при хронической сердечной недостаточности, ревматических пороках, сопровождающихся

венозным полнокровием внутренних органов, отеками и нарушением проводимости сердечной мышцы.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Цветки *боярышника кроваво-красного* в виде настойки принимают внутрь как превосходное средство, усиливающее силу сердечных сокращений и устанавливающее равновесие между их силой и артериальным давлением.

Настойка: 20%-ная свежих цветков на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—30 капель в 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

3. Цветки *бузины черной* в виде горячего настоя принимают внутрь при простудных и инфекционных заболеваниях как кровоочистительное средство.

Настой: 3 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при вирусных заболеваниях крови.

4. Траву *желтушника серого, левкойного* и др. видов в виде настоя или настойки принимают внутрь как один из самых активных сердечных гликозидов при сердечной недостаточности и нарушении кровообращения, ревматических пороках и др. заболеваниях сердца.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке настоя 3—5 раз в день до еды.

Препараты желтушников противопоказаны при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокардите, эндокардите, сильном атерioskлерозе.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

5. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при заболеваниях крови и стенок сосудов.

Настой: 3 ст. ложки корня настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Отвар: ст. ложку коры кипятят 30 минут в стакане воды и принимают по 2—3 ст. ложки отвара 3—4 раза в день до еды.

7. Корневища *осоки песчаной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови, ревматизме, венерических и кожных заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корневищ настаивают 3 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

8. Почki *осоко́ра (тополя черного)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови, миокардите, ревматизме и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

9. *Прополис* в чистом виде или в смеси с любым компонентом (масло, молоко, спирт) полезно регулярно принимать как более эффективное кровоочистительное средство при заболеваниях крови, органов и систем всего организма, пораженных бактериями, вирусом и различными грибами.

Чистый (очищенный) прополис принимают по 3—5 г 3—5 раз в день, продолжительно жуя, потом глотая, за час до еды.

Настойка: 30%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 1/2—1 чайной ложке в 1/2 стакана теплого молока 3—5 раз в день за час до еды.

10—15%-ное прополисное масло едят по 20—30 г с хлебом 3—4 раза в день за час до еды. Приготовление этого масла см. в разделе «Антирадианты» и мн. др.

10. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или на-

стойки принимают внутрь при астматических, ревматоидных и декомпенсированных пороках сердца, повышенной нервной возбудимости и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель 3—5 раз в день до еды на 1/2 стакана теплого молока или кипятка.

11. Корень *репешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при запущенной форме ревматизма и мн. др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Корень (реже траву) *таволги вязолистной* (*лабазника*) в виде настоя принимают внутрь при поражении внутренних органов ревматизмом и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как одно из лучших кровоочистительных средств при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Травы *астрагала* — 30 г, травы *желтушника* — 10 г, травы *пустырника* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Настой: 2 ст. ложки настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют 1—2 ст. ложки меда и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при миокардите, аритмии и др. заболеваниях сердца.

16. Цветков боярышника — 20 г, травы желтушника — 10 г, травы пустырника — 20 г, плодов шиповника — 40 г.

Приготовление и прием, как в № 15, при миокардите, миокардиосклерозе, аритмии и др. заболеваниях сердца.

17. Корня лопуха — 15 г, листьев смородины черной — 10 г, травы фиалки трехцветной — 20 г, травы яснотки белой — 10 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 50 мл через каждые 2—3 часа как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

18. Корня валерианы — 4 чайные ложки, цветков ландыша — 1 чайная ложка, листьев мяты перечной — 3 чайные ложки, плодов фенхеля — 2 чайные ложки.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при миокардите, неврозах сердца и приступах сердцебиения.

19. При ревматизме любых органов и систем, инфекциях и др. заболеваниях, когда были испробованы мн. данные здесь рекомендации, а результаты лечения оказались неудовлетворительными, следует обратить особое внимание на зашлакованность организма больного, кишечника в первую очередь, т. к. она является первопричиной многих, в том числе и смертельных заболеваний.

В таком случае больному следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

20. При ревматизме, сердечных и др. заболеваниях, когда многие рекомендации для больного неприемлемы, его переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают продолжительный массаж (натираание) всего тела больного от шеи до подошв и пальцев ног в течение двух и более часов теплой мочой его 2 раза в день. После массажа на

больное место ставят теплые компрессы из сложенной в 3—5 слоев простыни, обильно пропитанной свежей или старой, но подогретой мочой его, по мере высыхания ее увлажняют снова. Сверху этот компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают. Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но для компрессов подходит только моча больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания (примерно 2—3 недели, реже больше), ее следует проводить до полного выздоровления.

✦ **МОЗГ ГОЛОВНОЙ И СПИННОЙ** — при их заболеваниях важно быстро устранить первопричину (механические и др. повреждения), потом лечить.

1. Корень *аралии маньчжурской* (*шип-дерево*) в виде настойки принимают внутрь как тонизирующее средство при остаточных явлениях после контузий и сотрясения головного мозга.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

2. Цветочные корзинки *арники горной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сотрясении головного мозга, его апоплексии (кровоизлиянии) и как тонизирующее спинной мозг и центральную нервную систему.

Настой: ст. ложку корзинок настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3 раза в день до еды или после (по показаниям).

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3 раза в день до еды.

3. Траву *барвинка малого* и др. видов в виде настоя

принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга и атеросклерозе их.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Траву (иногда с корнями) *букашника горного (обморочника)* в виде настоя принимают внутрь при обмороках, частой потере сознания, бессоннице и др. недугах, связанных с заболеваниями мозга.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Плоды (семена) *гармалы обыкновенной (могильника)* в перетертом виде принимают внутрь при последствиях латаргического энцефалита, паркинсонизме и др. недугах.

Семена принимают в измельченном виде по 10—15 штук, запивая теплой кипяченой водой, 2—3 раза в день до еды.

Более высокие дозы вызывают состояние полузабытья и сонливости, сопровождаемое благорасположением, галлюцинациями и судорогами.

6. Плоды *гороха посевного* в виде муки (порошка) принимают внутрь как средство, богатое глютаминовой кислотой, которая улучшает питание клеток головного мозга, нормализует обмен веществ в нем и лечит атеросклероз.

Принимают порошок по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

7. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь для снижения мышечного тонуса при сосудистых и травматических нарушениях головного мозга, поражениях спинного мозга и гиперкинезах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Корнеплоды и корни *золотого корня (родиолы розовой)* в виде настойки принимают внутрь при функциональных заболеваниях центральной нервной системы, энцефалите как общеукрепляющее и тонизирующее средство.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель на ст. ложку теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды.

9. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь (последнее хуже) при рассеянном мозговом склерозе, спазмах сосудов мозга, энцефалите как средство, усиливающее иммунную сопротивляемость организма к инфекциям и преждевременному одряхлению организма.

Чистое молочко, 30 мг (на кончике ст. ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, по 1/4 чайной ложки этой смеси кладут под язык и держат до полного растворения или смешивают с 1/2 стакана теплого молока, кипятка и принимают внутрь 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 5—10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

10. *Мед* следует назначать при мн. заболеваниях или добавлять в настои, отвары как средство, обладающее противомикробным действием и как нежный высококалорийный продукт питания при вирусных и истощающих организм заболеваниях.

В день можно принимать по 100—120 г меда, разделив на 3—4 порции, с молоком, чаем или теплой кипяченой водой.

11. Цветущую траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя принимают внутрь как средство, благоприятно влияющее на головной мозг, особенно при нервных спазмах его, головокружении и шуме в ушах.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) без ограничения, вместо чая.

12. Плоды *мордовника шароголового* в виде настоя или настойки принимают внутрь при астенических состояниях с явлениями гипотонии, мышечной атрофии, периферических параличах, атрофии зрительного нерва и всех нарушениях деятельности центральной нервной системы.

Настой или настойка: 1—2%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—30 капель препарата на ст. ложку теплого молока или чая 2—3 раза в день до еды.

13. *Мухомор красный*, верхнюю часть шляпки его (оранжево-белый пигмент), в виде настойки принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, функциональных нарушениях деятельности спинного мозга, множественном склерозе, эпилепсии и как снотворное средство при этих заболеваниях.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 5—7 дней в 5 частях 70°—40°-ного спирта и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

14. *Прополис* в чистом виде или в смеси с маслом, молоком, алкоголем принимают внутрь как достаточно активное кровоочистительное и болеутоляющее средство при вирусных и др. заболеваниях крови, головного и спинного мозга.

Чистый прополис принимают внутрь по 3—5 граммов, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

10—15%-ное прополисное масло (на сливочной основе) едят с хлебом по 20—30 г 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 30%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

15. Свежие плоды или сок *смородины черной* полезно принимать без ограничения внутрь при очень мн. вирусных и истощающих организм заболеваниях, таких, как энцефалит и т. п.

16. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь с витамином С для профилактики и лечения кровоизлияний сосудов, особенно в головном мозгу, при склеротическом повреждении их стенок.

Порошок из плодов принимают по 0,2—0,5 г, запивая теплым настоем из плодов шиповника, 3—4 раза в день до еды, так же и из бутонов цветков.

Настойка из бутонов: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки в 1/2 стакана тепло-

го настоя из плодов шиповника, произвольного по концентрации, 3—4 раза в день до еды.

17. Почки *тополя (осоко́ря) черного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более активное кровоочистительное и обезболивающее средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25—50%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

18. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как более активное кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Цветков *арники горной*, корня *горца змеиного* — по-ровну.

Настой: 2—3 чайные ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при заболеваниях мозга как тонизирующее средство.

20. Цветков *ландыша* — 10 г, плодов *мордовника* — 15 г, плодов *софоры японской* — 10 г.

Сбор в виде 20%-ной настойки на 40°-ном спирте по 20—30 капель вливают в настой (см. № 21) при сотрясении головного мозга, потере памяти, травмах головы и обмороках на этой почве, поят больного 3—4 раза в день до еды, даже если его кормят искусственно.

21. Травы *барвинка малого* — 20 г, плодов (стручков) *галеги* — 30 г, травы *живокости полевой* — 20 г, листьев *мелиссы* — 15 г, цветков *ромашки* — 15 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и поят больного по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при сотрясении головного мозга и обмороках на этой почве, поят, даже если его кормят искусственно.

22. Листьев (травы) *земляники лесной*, травы *фиалки трехцветной*, травы *череды*, травы *яснотки белой* — поровну.

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют с медом по вкусу без ограничения, как чай, при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

23. Почек *тополя (осокоя)* *черного*, почек *березы* — по 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 22.

24. Травы *адониса (горицвета)* — 10 г, травы *барвинка малого* — 15 г, листьев *кипрея узколистного* — 15 г, травы *первоцвета* — 20 г, почек *тополя* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка. Процеживают, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при сотрясении головного мозга, головокружении, головной боли как болеутоляющее и кровоочистительное средство.

25. Травы *барвинка малого* — 10 г, цветков *боярышника* — 10 г, листьев *мелиссы* — 15 г, веточек и листьев *омелы белой* — 15 г, травы *первоцвета* — 15 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при нервных потрясениях, головной боли и головокружении.

✚ **МОЗОЛИ** — органическое утолщение рогового слоя кожи от длительного давления или трения.

1. Траву *герани лесной (луговой)* в виде густого навара используют для выведения мозолей. Распаривают сухую измельченную траву и прикладывают в виде повязки на мозоли.

2. Листья *каланхоэ перистого* в виде сока используют для повязок при мозолях.

3. Свежеприготовленный сок из *картофеля* применя-

ют наружно в виде повязок для сведения болезненных мозолей.

Перетертую через мелкую терку картофельную массу накладывают на пораженный участок кожи и фиксируют бинтом. Через 1,5—2 часа сухую картофельную массу снимают шпателем и заменяют новой.

4. *Конопляным маслом* (из плодов конопли *посевной*) в смеси с медом 1 : 1 выводят мозоли. Для этого используют повязки, пропитанные маслом или смесью масла с медом.

5. Млечным соком *молочая солнцегляда* или *молочая Палласа* смазывают мозоли и бородавки, которые исчезают достаточно быстро.

6. Свежеприготовленный сок из околоплодников молочных плодов *ореха грецкого* используют наружно в виде повязок для сведения любых мозолей.

Применение повязок — см. № 3.

7. Траву *очитка едкого* в виде порошка для мази на любой жировой основе используют наружно для сведения мозолей и бородавок.

Мазь: 30%-ная на сливочном масле или топленом внутреннем жире, применяют для повязок на мозоли.

8. Свежим срезом с кожурой *лимона обыкновенного* в виде повязки сводят мозоли. Для этого на ночь распаривают мозоль максимально долго, досуха вытирают и прикладывают свежий срез лимона на мозоль, закрепляют бинтом. Процедуру делают в течение недели. За это время мозоль сойдет полностью.

9. Траву *чистотела большого* в виде свежеприготовленного сока из нее, настоя или настойки используют наружно для сведения мозолей и бородавок многократным смазыванием или в виде повязок, компрессов.

Настой или настойка на 40°-ном спирте.

10. Мозоли, бородавки и др. наросты на коже устраняют путем продолжительного массажа, натирая больные места около часа и более 2—3 раза в день теплой мочой больного. После массажа на пораженный участок кожи накладывают компресс из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой, по мере высыхания увлажняют снова. Сверху этот компресс

накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом закрепляют пластырем или бинтом.

Время такой терапии достаточно продолжительно (1—4 недели).

❖ МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ И МОЧЕТОЧНИКИ (разные заболевания).

1. Корень *алтея лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при воспалении мочевого пузыря, жжении в мочевом пузыре и мочеточниках.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 6—8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Листья *березы белой* в виде настоя принимают внутрь при воспалении мочевого пузыря и почек.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настойки принимают внутрь как болеутоляющее средство при болях в мочеполовых органах и задержке мочи в мочевом пузыре.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Ядовито, очень! Строгая дозировка!

4. Корень *бузины травянистой* в виде настоя или настойки принимают внутрь при воспалениях и заболеваниях мочевого пузыря как сильное мочегонное средство.

Настой: 3—4 ст. ложки корня настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

5. Листья, кору молодых ветвей и корни *бузины черной*

в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях мочевого пузыря, почек и как сильное мочегонное средство при водянке.

Настой: ст. ложку коры и ст. ложку корней настаивают 3—4 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Лепестки цветков *василька синего* в виде настоя принимают внутрь при болезнях, воспалении и катаре мочевого пузыря.

Настой: 1—2 чайные ложки лепестков настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Траву и корни *верблюжьей колючки (перекати-поле)* в виде настоя принимают внутрь при наличии песка в моче и задержке мочи у взрослых.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2—3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Плоды или сок *винограда культурного* рекомендуются принимать без ограничения лицам, склонным к моче-кислоту диатезу, как средство, способствующее выведению из организма мочевой кислоты и препятствующее образованию камней.

9. Плодоножки *вишни обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь при камнях в почках и мочевом пузыре как мочегонное средство при затрудненном мочеиспускании.

Отвар: 2 ст. ложки плодоножек кипятят 15—20 минут в 2 стаканах воды и принимают по 1/3—1/2 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

10. Траву и корневища *горца птичьего* в виде настоя принимают внутрь как средство, изгоняющее песок и растворяющее камни в почках и мочевом пузыре.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и принимают внутрь по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь при острых воспалительных процессах в мочевом пузыре (спазмах и катарах), непроизвольном мочеиспускании как мочегонное средство при водянке.

Настой 1: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой 2: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при мн. заболеваниях мочеполовых органов (почек, мочевого пузыря и мочеточников), катаре мочевого пузыря, особенно при песке и камнях в них, как хороший растворитель последних.

Настой: 2—3 ст. ложки настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

13. Траву *зимолюбки зонтичной* в виде настоя принимают внутрь при катаре мочевого пузыря и отеках.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Верхушки цветущей травы *золотарника обыкновенного* (*золотая розга*) в виде настоя принимают внутрь как растворитель камней и песка в почках, мочевом пузыре и мочеточниках, при наличии белка в моче и как мочегонное средство при водянке, отеках.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Листья и корни *коровяка скипетрового* в виде настоя принимают внутрь при хроническом цистите как мочегонное средство.

Настой корня или листьев: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Цветущую траву *короставника полевого* в виде настоя принимают внутрь при воспалениях мочевого пузыря.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Траву *курслена* (очного цветка пашенного) в виде настоя принимают внутрь как мочегонное и растворяющее камни и песок средство.

Настой: 1 ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

18. Корень *лопуха большого* в виде настоя или порошка принимают внутрь при заболеваниях мочеполовых органов, связанных с нарушением солевого обмена, отложением солей, песка, камней и как сильное мочегонное средство.

Настой: 3 ст. ложки корня настаивают ночь в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара или настойки принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови, остром и хроническом воспалении мочевого пузыря, болезненном мочеиспускании и др. недугах.

Отвар: 90 г измельченных почек или коры варят в семи стаканах воды до тех пор, пока не останется 3 стакана жидкости, отвар процеживают, добавляют по вкусу мед и пьют по стакану теплого отвара 3 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная из почек на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды при цистите и др. заболеваниях.

20. Почки *осокоя (тополя) черного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при недостаточном мочеыделении, увеличении предстательной железы, остром и хроническом воспалении мочевого пузыря, непроизвольном и болезненном мочеыделении.

Настой: 2 ст. ложки измельченных почек настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом, по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10—15% на 70°—40°-ном спирте, принима-

ют по 20—40 капель настойки на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды.

21. Траву *ортосифона тычиночного* (*почечный чай*) в виде настоя принимают внутрь при воспалении мочевого пузыря (цистите), песке и камнях в нем и др. заболеваниях.

Настой: чайную ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

22. Свежие плоды *паслена черного* едят без ограничения, а траву в виде настоя принимают внутрь при болях и заболеваниях мочевого пузыря и как мочегонное средство.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

23. Споры или траву *плауна булавовидного* (*ликоподия*) в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях почек и мочевого пузыря (атонии мочевого пузыря, песке и камнях в них).

Настой: чайную ложку травы (веточек) настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

24. Траву *подмаренника* (*цепкого*) в виде настоя принимают внутрь как болеутоляющее и мочегонное средство при заболеваниях мочеполовых путей и водянке.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и выпивают за день глотками.

25. *Прополис* в чистом виде и в виде настойки принимают внутрь как сильное бактерицидное, противовоспалительное и обезболивающее средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20—30%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—40 капель или чайной ложке на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день за час до еды.

Иными словами, регулярный прием очищенного прополиса или его препаратов устраняет всякие заражения и

положительно влияет на мочевой пузырь, мочеточники, почки, простату и всего таза. Положительный лечебный эффект наступает как правило быстро.

26. Траву или корни *синеголовника плосколистного* в виде настоя принимают внутрь при трудном мочевыделении, камнях в почках и мочевом пузыре.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

27. Листья *толокнянки обыкновенной (медвежье ушко)* в виде настоя принимают внутрь как антисептическое, дезинфицирующее и мочегонное средство при воспалении мочевого пузыря и почек, хроническом цистите, камнях в них, отеках.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя 3—4 раза в день до еды.

В отдельных случаях при приеме внутрь появляется ощущение тошноты и даже рвоты.

28. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

29. Траву *яснотки* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при кровотечениях и спазмах мочевого пузыря, трудном мочевыделении у стариков и др. недугах.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

30. Цветков *акации белой* — 10 г, корневищ *пырея ползучего* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа или ночь в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) без дозировки 3—4 раза в день до еды при воспалении мочевого пузыря и камнях в нем.

31. Стручков *фасоли* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Настой готовят и принимают, как № 30, при мочекаменной болезни.

32. Цветков *василька синего*, побегов *хвоща полевого* — поровну. Настой готовят и принимают, как в № 30, при спазмах мочевого пузыря, делают массаж в области мочевого пузыря и кладут грелку.

33. Семечки *тыквы столовой* и *конопляного семени* в равных частях: с кипятком приготавливают «молоко». Высушенные семечки и семя конопли, по стакану каждого, перетирают через мелкую терку или толкут в эмалированной посуде, постепенно подливая 3 стакана кипятка, настаивают час, процеживают и отжимают остаток. Полученное «молочко» выпивают до еды в течение дня при болезнях почек и мочевого пузыря, когда в моче содержится кровь и моча выделяется с задержкой и болью.

34. Травы *фиалки трехцветной*, травы *чистотела большого* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками как кровоочистительное средство при заболеваниях крови.

35. Травы *зверобоя*, травы *тимьяна*, травы *чистотела* — поровну

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в литре кипятка. Процеживают, добавляют мед по вкусу (хуже без меда) и в теплом виде делают попытку выпить все сразу, задерживая мочу, а при мочевыделении принимают теплую сидячую ванну при мочекаменных заболеваниях.

36. Кору *дуба*, цветков *липы*, листьев *толокнянки* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают в 2 стаканах кипятка и выпивают на ночь (можно с медом по вкусу) в теплом виде весь настой при щелочной моче.

37. Корневищ *аира* — 10 г, почек *березы* — 10 г, листьев *толокнянки* — 10 г, соцветий *тысячелистника* — 20 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора кипятят 5—7 минут в 0,5 л воды, настаивают час и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого отвара (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды при воспалении мочевого пузыря.

38. Листьев *березы*, рыльце *кукурузы*, корневищ *пырея*, корневищ *солодки*, листьев *толокнянки* — поровну.

Отвар: ст. ложку настаивают 6 часов в стакане воды, затем кипятят 15 минут и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день при бактери и цистите.

39. Корня *алтея* — 20 г, травы *вероники* — 20 г, листьев *толокнянки* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 40 г, листьев *шалфея лекарственного* — 20 г.

Настой приготавливают, как № 38 (без кипячения), принимают по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды при бактери, цистите и мочекаменных заболеваниях.

40. Травы *вереска* — 20 г, травы *золотарника* — 10 г, корня *любистoka* — 10 г, плодов *петрушки* — 20 г, стручков *фасоли* — 10 г, шишек *хмеля* — 10 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают глотками в течение дня при никтурии.

✚ МОЧЕГОННЫЕ СРЕДСТВА

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках различного происхождения.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Листья *березы белой* принимают внутрь как мочегонное средство при отеках почечного происхождения.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настойки принимают внутрь при болях в мочеполовых органах, задержке мочи в мочевом пузыре и др. недугах.

Настойка: 10%-ная из травы и семян на 70°—40°-ном

спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплого молока или кипятка 2—3 раза в день до еды.

Препарат очень ядовит, строгая дозировка!

4. Листья, кору и корни *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как достаточно сильное мочегонное средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: ст. ложку коры и ст. ложку корней настаивают 6—12 часов в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Корень *бузины травянистой* в виде настоя принимают внутрь как сильное мочегонное средство при нефритах, выпотах в брюшную полость и сердечную сумку.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных корней настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Лепестки цветков *василька синего* в виде настоя принимают внутрь как противоспазматическое средство при воспалении почек и мочевого пузыря, спазмах и катарах последнего, затрудненном мочеиспускании.

Настой: 2 чайные ложки лепестков настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Траву и корни *верблюжьей колючки (перекати-поле)*, собранные во время цветения, в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке, наличии песка в моче и задержке мочи у взрослых.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Верхушки веток с цветками *дрока красильного* в виде настоя принимают внутрь как сильное мочегонное средство при водянке сердечного и почечного происхождения.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Корень *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2—3 часа в стака-

не кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя через каждые 2 часа.

10. Траву *зимолюбки зонтичной* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках почечного происхождения и катаре.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2 и более ложек настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Траву *золотарника обыкновенного (золотая розга)* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке, отеках и большом содержании белка в моче.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) в теплом виде за день глотками.

12. Молодые побеги *тростника (камыш)* обыкновенного в виде настоя принимают внутрь как мочегонное и потогонное средство.

Настой: ст. ложку стеблей и листьев настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Корневища *касатика водяного (золотисто-желтого)* в виде свежеприготовленного сока, настоя или порошка принимают внутрь как мочегонное средство при отеках и водянке.

Сок принимают по 4—5 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Порошок принимают по 1/2 г (на кончике ножа) 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 1,5—2 часа.

14. Плоды *конопли посевной* в виде конопляного «молока» принимают внутрь при болезнях мочеиспускательного канала, особенно при задержке мочи у детей, как мочегонное средство при водянке и заболеваниях почек. Приготовление «молока»: семя растирают в эмалированной посуде, либо толкут, постепенно добавляя теплую кипяченую воду до нужной концентрации. Получается бе-

лая, похожая на молоко жидкость, настаивают час (иногда добавляют по вкусу мед). Детям дают по 1—2 ст. ложки «молока», взрослым по 1/2 стакана 3—5 раз в день до еды.

15. Траву *курслена* (*очного цвета пашенного*) в виде настоя принимают внутрь как мочегонное и растворяющее камни в мочеточниках средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 2—3 раза в день, лучше до еды (по показаниям).

Строгая дозировка!

16. Корень *лопуха большого* в виде настоя принимают внутрь как довольно сильное мочегонное средство при заболеваниях, связанных с нарушением солевого обмена и отложением солей.

Настой: 3 ст. ложки корня настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Листья (траву) *ортосифона* (*почечный чай*) в виде настоя принимают внутрь как сильное мочегонное средство, способствующее выведению из организма мочевины, мочевой кислоты, при отеках любого происхождения.

Настой: чайную ложку листьев настаивают 1—2 часа в 1—2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя в течение 30 и более дней 2—3 раза в день до еды.

18. Почки *осокора* (*тополя*) *черного* в виде настоя принимают внутрь при недостаточном мочевыделении, увеличении предстательной железы, остром и хроническом воспалении мочевого пузыря и болезненном мочевыделении.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 1—2 часа в 1 (сильная дозировка) или 2 (более слабая дозировка) стаканах кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

19. Корень *петрушки огородной* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке, отеках сердечного происхождения и заболеваниях мочевого пузыря.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2 часа в стакане

кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

Препараты петрушки противопоказаны при нефрите.

20. Траву *подмаренника цепкого* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке и заболеваниях мочеполовых органов.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Корни и траву *синеголовника плосколистного* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках, трудном мочевыделении, камнях в почках и мочевом пузыре.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

22. Корневища с корнями *спаржи лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке, затрудненном мочеиспускании, мочекаменных и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды или все за день глотками.

23. Корни *стальника полевого (пашенного)* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке, камнях в почках и мочевом пузыре.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Траву *таволги вязолистной (лабазника)* в виде настоя принимают внутрь как сильное мочегонное средство при заболеваниях почек, мочевого пузыря и отеках.

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

25. Черенки (плодоножки) *тыквы столовой* в виде отвара или порошка принимают как хорошее мочегонное средство при отеках сердечного и почечного происхождения (разных формах водянки).

Отвар: 1—3 измельченных (раскрошенных) черенка (15—20 г) кипятят 15 минут в 2 стаканах воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Порошок из плодоножек принимают по чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

26. Траву *яснотки белой* в виде настоя или порошка принимают внутрь как мочегонное и кровоочистительное средство при воспалении почечных лоханок, мочевого пузыря и мочеиспускательного канала.

Настой 1: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой 2: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

Порошок принимают по 1/3 чайной ложки или как приправу к пище 3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой.

27. Листьев *березы*, побегов *хвоща полевого* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как мочегонное средство.

28. Листьев *березы*, травы *синеголовника*, побегов *хвоща полевого* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды как мочегонное средство.

29. Цветков *василька синего* — 1 чайная ложка, листьев *толокнянки* — 3 чайных ложки, корневищ *солодки* — 1 чайная ложка, побегов *хвоща полевого* — 1 чайная ложка.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды как мочегонное средство.

30. Плодов *можжевельника* — 2 чайные ложки, корневищ *пырея* — 1 чайная ложка, побегов *хвоща полевого* — 2 чайные ложки.

Готовят настой и принимают его, как в № 29, в качестве мочегонного средства при отеках и заболеваниях почек.



❖ **НАСМОРК (ринит)** — воспаление слизистой оболочки носа. Обычно вызывается различными вирусами и микробами. Его развитию способствуют переохлаждение организма, сильная загазованность или запыленность воздуха. Насморк часто является симптомом инфекционных заболеваний (гриппа, дифтерии, кори, лихорадки, малярии и т. д.).

1. Сок из листьев *алоэ древовидного* с успехом применяют для лечения острого насморка. Для того, чтобы прекратился недуг, достаточно 2—3 вливаний по 5—8 капель сока в ноздри с промежутками в несколько часов.

2. *Вату* (естественную — *хлопковую*) сворачивают в виде карандашика и поджигают один край, чтобы она горела без пламени. Заткнув одну ноздрию, тщательно высмаркиваются из другой и вдыхают в очищенную от слизи ноздрию дым из ваты. Такую процедуру делают и с другой ноздрей, насморк проходит быстро.

3. Свежеприготовленный сок из *лимона* смешивают 1 : 1 с подогретым *медом*. Пропитывают этой смесью ватные или марлевые тампончики и вводят в носовые пазухи. Держат там по 30—40 минут, потом меняют на свежеприготовленные.

4. Свежеприготовленным соком из корнеплода *лука репчатого* пропитывают ватные и марлевые турундочки, вводят в носовые пазухи и держат продолжительное время, периодически меняя на свежие.

5. Насморк в хронической форме с потерей обоняния устраняют с помощью *меда* или его смеси 1 : 1 с дистиллированной водой.

Применение: больного кладут спиной на кушетку или

кровать. Свежим, теплым раствором этой смеси пропитывают ватные или марлевые тампончики, вводят их в ноздри так, чтобы они плотно заполняли носовые ходы, и держат около 30 минут. При хорошей переносимости данной процедуры тампончики пропитывают чистым подогретым медом и держат дольше. Такие процедуры обычно делают 2 раза в день — рано утром и перед сном. Срок лечения около 10 дней, реже больше.

6. При заболеваниях носовых пазух, сильном насморке, особенно у детей, при невозможности дышать носом рекомендуется продолжительно жевать *медовые соты* (смесь воска с медом), на протяжении 4—6 часов. Продолжительность каждого жевания — 15—20 минут, затем разжеванную массу выплевывают. Процедура полезна детям и взрослым.

7. Корень *мыльнянки* в виде отвара используют наружно, как в № 3—5, при задержке секрета в носу с насморком.

Отвар: 1—2 чайные ложки корня настаивают 3—4 часа в стакане кипятка, кипятят 5 минут и в теплом виде используют, иногда в смеси с медом 1:1.

8. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде теплого настоя или настойки используют как в № 3—5 как противомикробное и обезболивающее средство при насморке и др. недугах в носу.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте.

9. Траву *очного цвета пашенного (куриная слепота)* в виде настойки принимают внутрь как эффективное внутреннее средство при неврогенном насморке с набуханием слизистой оболочки носа и закупорке ноздрей.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

10. При насморке и др. недугах в носу полезно очистить носовые пазухи путем тщательного высмаркивания (как рекомендовано в № 2 этого раздела), потом втягивать через нос 3—5 раз в день теплую мочу больного; или пропитывать ею 3—5 раз в день ватные тампончики, ко-

торые затем с помощью пинцета вводят в носовые пазухи так, чтобы они плотно заполнили носовые ходы, и держат около часа, по мере высыхания их увлажняют снова или заменяют свежими.

✚ **НЕВРАЛГИИ И НЕВРИТЫ** — воспалительные заболевания или поражения периферических нервов, обусловленные инфекцией (грипп, малярия, ревматизм и т. д.), охлаждением, травмой и др. причинами. Характеризуются острой, жгучей или тупой болью, чувствительными или двигательными нарушениями в зоне иннервации соответствующего нерва.

1. Листья *агавы американской* в свежем виде применяют наружно, расщепляя их и прикладывая сочной стороной листа на больное место, при невралгии, невритах и ишиасе. При этом бывает сильное жжение, но бояться такой реакции не следует: побочных явлений и осложнений при этом не бывает; кто терпеливо перенесет это ощущение, получит положительные результаты от лечения. Для уменьшения раздражения кожи к больному месту надо время от времени прикладывать тонким слоем свежий творог.

2. Семена *белены черной* или *чешской* в виде беленного масла используют наружно для втираний на больное место как обезболивающее средство при невралгии, миозитах и ишиасе.

Масло: 30 г порошка из семян настаивают в 100 мл теплого подсолнечного масла в течение десяти дней, периодически взбалтывая, применяют для втираний.

3. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови, нарушении обмена веществ, невралгии, неврите, артрите и др. заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (с медом по вкусу) без ограничения, выпивают все за день.

4. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принима-

ют внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют с медом по вкусу, как чай, без ограничения.

5. При неврите бедренного, лучевого, седалищного (ишиас) и др. нервов растапливают в водяной бане *пчелиный воск*. Предварительно, путем наложения одного тонкого слоя подогретого воска на больное место, проверяют — выдержит ли больной эту температуру. Если нет, воск немного охлаждают. Снимают шпателем пробный слой воска. Смазывают больное место 10—15%-ным *прополисным, зверобойным или репейным маслом*, а поверх этого масла широкой малярной кистью накладывают слой за слоем — до 30—40 — горячим воском. Сверху накрывают шерстяным одеялом и держат компресс до полного остывания.

Процедура эта горячая, будет сильно жечь, но бояться ожогов не следует — их не будет, зато результат лечения у терпеливого больного будет прекрасен, возможно, лечение окончится после первой процедуры, особенно с прополисным маслом.

6. Траву *горца почечуйного* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раз в день до еды.

7. *Горчицу сарептскую* в виде порошка из семян, настойки или горчичных ванн используют наружно при простудных заболеваниях.

Порошок из семян разводят 1 : 2 теплой кипяченой водой и применяют наружно как горчичники на больное место при невралгии и неврите.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, применяют для растираний на больное место.

Горчичные ванны: 2—3 ст. ложки порошка из семян на ведро теплой воды.

8. Траву *золототысячника зонтичного* в виде настоя

принимают внутрь при невралгических, головных и др. болях.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь как бактерицидное и дезинфицирующее средство против инфекционных заболеваний.

Настой: 3—4 ст. ложки соцветий настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

10. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь при мн. заболеваниях обмена веществ и как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови. Наружно из настоя корня делают согревающие компрессы (иногда на все тело) при нарушении обмена веществ, невралгиях, неврите и хроническом ревматизме.

Настой: 3—4 ст. ложки корней настаивают ночь в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Сок из зеленых плодов *огурца бешеного* применяют наружно в виде легкого втирания на больное место как обезболивающее средство при невралгии, миозите, ишиасе, ревматизме и др. заболеваниях, но с большой осторожностью.

Сильный яд!

12. Корень *опонника лекарственного* в виде отвара, настойки принимают внутрь и используют наружно при невралгиях, невритах и невралгиях вследствие ранения.

Отвар: ст. ложку корней кипятят 10 минут в стакане кипятка, применяют в виде компрессов или припарок.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

13. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара или настойки принимают внутрь как бактерицидное и дезинфицирующее средство при вирусных заболеваниях крови.

Отвар: 3—4 ст. ложки измельченных почек или коры варят в 4 стаканах воды, пока не останется 3 стакана жидкости, и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану сладкого отвара 3 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

14. Почки *осоко́ря (тополя) черного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как антисептическое, кровоочистительное и обезболивающее средство при вирусных заболеваниях крови, невралгии и др. заболеваниях.

Настойка: 2 чайные ложки измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 50 капель или 1/2 чайной ложки настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

15. Траву *подмаренника цепкого* в виде настоя принимают внутрь при неправильном обмене веществ и как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Язычковые краевые цветки *подсолнечника обыкновенного* (иногда с молодыми листьями) в виде настойки или настоя принимают внутрь как более эффективное средство при невралгии, особенно простудного характера.

Настойка: 20—25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настой (если нет настойки): ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, лучше до еды.

17. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и восстанавливающее обмен веществ средство.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов

в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Прополис в чистом виде, в виде настойки или масляной вытяжки принимают внутрь и используют наружно для втираний как активное кровоочистительное и обезболивающее средство при самых разнообразных заболеваниях, в том числе невралгиях и невритах.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, за час до еды 3—5 раз в день, потом глотают.

Настойка: 30%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 2/3 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день за час до еды.

10—15%-ное прополисное масло (на сливочной основе) принимают внутрь по 30—40 г с хлебом 3—5 раз в день за час до еды. На подсолнечном масле используют наружно для втираний на больное место при невралгии и невритах.

19. Скипидар (масло) терпентинового дерева принимают наружно для втираний на больное место при невралгии, люмбаго, радикулите и миозитах.

Применение: больному делают компресс из кислого ржаного теста и плотно укутывают. Через час компресс снимают и больное место натирают скипидаром, снова укутывают. Иногда бывает достаточно трех таких процедур, по одной в день, — и недуг проходит.

Противопоказан скипидар на позвоночник при болезнях печени и почек.

20. Почки сирени обыкновенной в виде мази на свином жиру используют наружно для втирания на больные места при невралгии.

Мазь: 1 часть порошка из почек или сгущенного настоя из них смешивают путем перетапливания и промешивания 4 частей жира, по остывании используют.

21. Скипидар сосны обыкновенной (эфирное масло) применяют наружно для растирания как местнораздражающее и отвлекающее средство при невралгиях и др. заболеваниях.

Противопоказан скипидар на позвоночник при заболеваниях печени и почек.

22. При невралгии лица (воспалении тройничкового нерва) боль связана со щелочной реакцией мочи. Ликвидировать эту боль можно, выпивая небольшими глотками (а не залпом) ежечасно стакан воды с добавлением 1—2 чайных ложек *яблочного уксуса* 7 раз в день.

23. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как достаточно активное кровоочистительное и восстанавливающее обмен веществ средство.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют по 2/3—1 стакану (лучше с медом по вкусу) теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

25. 30—50 г *красных* или *черных муравьев* высыпают в бутылочку, заливают их 50 мл 70°-ного спирта и настаивают в теплом месте 5—7 дней. Фильтруют, отжимают муравьев и используют муравьиный спирт для втираний на больное место при невралгии и неврите.

✚ **НЕВРАСТЕНИЯ** — отдельная форма психических заболеваний, возникающая в результате истощения нервной системы в условиях длительной, травмирующей психику ситуации, умственного и нервного истощения. Характеризуется симптомами астении, раздражительной слабости, снижением работоспособности, нарушением памяти и сна. Для этой формы заболевания характерны потливость, повышенная чувствительность к внешним факторам, сердцебиение, крайняя возбудимость, плаксивость и обидчивость.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при нервных и сердечных заболеваниях как тонизирующее средство

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в

стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Листья и корни *буквицы лекарственной (черной)* в виде настоя принимают внутрь при нервном истощении, головокружении и головной боли как общеукрепляющее средство.

Настой: ст. ложку настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Траву *бурачка лекарственного (огуречной травы)* в виде салатов (из свежей травы) или настоя (из сухой) принимают внутрь при неврозах сердца, нервном возбуждении как седативное (успокаивающее нервную систему) средство.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 5—6 часов в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Корень *валерианы лекарственной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервном потрясении, тяжелых переживаниях как успокаивающее нервную систему средство.

Настой: 2—3 чайные ложки корней настаивают 6—8 часов в стакане теплой кипяченой воды и пьют (лучше с медом по вкусу) по ст. ложке, дети — по чайной 3—4 раза в день до еды или через каждые 2—3 часа.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 1/2 чайной ложки на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды.

5. Все растение (листья, корневища) *вороньего глаза четырехлистного* в виде настойки принимают каплями внутрь при психических расстройствах, головных болях, головокружениях и др. недугах.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды, или в стакане теплой кипяченой воды разводят 2 чайные ложки этой настойки и принимают по ст. ложке смеси через каждые 2 часа, но не более стакана смеси в день.

6. Траву *горца птичьего (спорыша)* в виде настоя принимают внутрь при нервном истощении как укрепляющее средство после тяжелых болезней и в пожилом возрасте.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Корневища и корни *дягиля лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как общеукрепляющее и тонизирующее средство при нервном истощении, истерии и бессоннице.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Цветущую траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя или настойки принимают внутрь при функциональных расстройствах нервной системы, эпилепсии и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 4—6 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 4—6 раз в день, лучше до еды.

9. Траву *заячьей капусты (скрипуна)* в виде настоя принимают внутрь как тонизирующее, общеукрепляющее средство для истощенного физически организма.

Настой: ст. ложку травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды и на ночь.

10. *Йод* обладает функцией оказывать седативное (успокаивающее) действие на организм и его нервную систему при увеличении нервного напряжения, большой раздражительности и бессоннице.

Применение: 5%-ную настойку йода — 1—2 капли — смешивают с 1/2 стакана теплого свежего молока и выпивают натошак 1, реже 2 раза в день при нервном расстройстве.

Смесь: 1 чайную ложку яблочного уксуса смешивают в стакане фруктового сока или теплой кипяченой воды,

добавляют 1 каплю настойки йода и выпивают небольшими глотками все до еды как седативное средство.

11. Плоды (орехи) *кедра сибирского*. Если давать детям и взрослым ежедневно по горсти орехов, то этим можно значительно повысить устойчивость организма против мн. недугов и увеличить долголетие организма.

12. Траву *крестовника обыкновенного* и *крестовника широколистного* в виде настоя принимают внутрь как противосудорожное средство при истерических судорогах и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3 раза в день до еды.

13. Корневища и корни *клопогона даурского* (*цимицифуги*) в виде настойки принимают внутрь как успокаивающее нервную систему средство при повышенной ее возбудимости, истерии, мигрени и бессоннице.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 1/2—1 чайной ложке настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

14. Цветки *липы мелколистной* в виде отвара принимают внутрь при нервных потрясениях, судорогах как успокаивающее и потогонное средство.

Отвар: 2 ст. ложки цветков кипятят 10 минут в 2 стаканах воды и выпивают на ночь с медом по вкусу оба стакана отвара.

15. *Мед* следует принимать по 100—120 г в день, разделив на 3—4 порции. Регулярный прием сохранит организм от многих заболеваний, устранил уже имеющиеся, укрепит организм в целом и продлит жизнь.

Принимать мед следует примерно так: 30—40 г утром, 40 — днем, 30—40 — вечером, можно с теплым молоком, чаем или кипятком. Детям примерно 30 г в сутки, лучше с теплым молоком.

16. Траву *мелиссы лекарственной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, стимулирующее центральную нервную систему при нервном истощении, душевных потрясениях, испуге, заболеваниях сердца и бессоннице.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

17. Цветущую траву *овса посевного* в виде настойки принимают внутрь как тонизирующее средство при физическом и нервном истощении, плохом аппетите и бессоннице.

Настойка: 25—30%-ная из свежей травы на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—4 раза в день до еды.

18. Листья и веточки *омелы белой*, собранные с берез или боярышника, в виде настоя или чая принимают внутрь при нервном и физическом истощении люди пожилого возраста, а при головокружениях — любого возраста.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого и сладкого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Плоды (ягоды) и траву *паслена черного* в виде настойки принимают внутрь как успокаивающее средство при нервных припадках, головных болях и др. недугах.

Настойка: 30%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 40—50 капель или по чайной ложке настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

20. Корень *пастернака обыкновенного* (белый корень) в виде настоя или настойки принимают внутрь как общетонизирующее средство при физическом и нервном истощении, галлюцинациях и плохом настроении.

Настой: 3 ст. ложки сухого корня и 2 чайные ложки сахарного песка настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 30—40%-ная на 70°—40°-ном спирте. Принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

21. Корнеплоды и корни *пиона уклоняющегося* (марьин корень) в виде настойки принимают внутрь при неврас-

тенических состояниях с явлениями повышения возбудительного процесса, неврозах сердечно-сосудистой системы и бессоннице.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды.

22. Траву и корни *полыни обыкновенной (чернобыльника)* в виде настоя принимают внутрь при хронических заболеваниях, припадках, возбуждении и бессоннице.

Настой: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана (можно с медом по вкусу) настоя 3—4 раза в день до еды.

23. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как седативное (успокаивающее нервную систему) средство при нервных и сердечных заболеваниях, повышенной нервной возбудимости и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

24. Корнеплоды и корни *родиолы розовой (золотого корня)* в виде экстракта принимают внутрь при функциональных заболеваниях центральной нервной системы, повышенной раздражительности, нервном и физическом истощении, астенических состояниях и бессоннице.

Экстракт: 50%-ный на 40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Противопоказаны препараты родиолы при резко выраженных нервных заболеваниях и истощаемости корковых клеток.

25. Листья *салата огородного* в свежем виде едят со сметаной или в сухом виде, в виде настоя принимают внутрь как средство, успокаивающее нервную систему при расстройстве ее и бессоннице.

Настой: 3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день и стакан на ночь.

26. Корневища *солодки голой* в виде настоя принимают внутрь как достаточно активное тонизирующее средство женшенеподобного действия.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Противопоказаны препараты солодки при гипертонии и сердечно-сосудистой недостаточности.

27. Плоды (семена) *укропа огородного* в виде настоя принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости и как легкое снотворное средство.

Настойка: 2 чайные ложки измельченных семян настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды и стакан на ночь.

28. Траву *чистеца байкальского* в виде настоя или настойки принимают внутрь как эффективное успокаивающее нервную систему средство при истерии, неврастении, частых обмороках и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

29. Траву *чистеца лесного* в виде настоя принимают внутрь как средство, успокаивающее нервную систему, при истерии, частых обмороках и бессоннице.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки 3—4 раза в день до еды.

30. Корня *валерианы* — 10 г, травы *вереска* — 40 г, травы *пустырника* — 30 г, травы *сушеницы болотной* — 30 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают ночь в литре кипятка. Процеживают, добавляют мед по вкусу и принимают

мают по 1/3 стакана теплого настоя через каждый час, выпивают все в течение дня при расстроенных нервах, пугливости, мнительности и бессоннице.

✦ **НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ** (ночное, дневное) связано с повышенной возбудимостью спинальных механизмов иннервации мочевого пузыря, снижением возбудимости сторожевого центра в коре головного мозга и др. причинами. Определенное значение могут иметь аномалии мочевыводящих путей. Чаше возникает у детей с невротическими чертами. Предполагают психические травмы, неправильный режим дня и питания.

1. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь при остром и хроническом катаре мочевого пузыря, непроизвольном мочеиспускании и заболевании почек.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки или по 1/2 стакана (по показаниям) теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Траву *зверобоя* в виде настоя дети принимают внутрь, что предохраняет от произвольного мочеиспускания в постели, во сне.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и поят детей с медом по вкусу в максимальном объеме на ночь.

3. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при ночном недержании мочи, как легкое слабительное средство при привычных запорах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки 3—5 раз в день до еды и 3—4 ст. ложки на ночь.

4. Кору *осины обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при остром и хроническом воспалении мочевого пузыря, болезненном мочеиспускании, ночном недержании мочи.

Настой: 6 ст. ложек коры варят в 7 стаканах воды, пока не останется 600 мл жидкости. Процеживают, добавляют

по вкусу мед и пьют по стакану теплого отвара (без кипячения — настоя) 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10—20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

5. Почки *осоко́ря (тополя) черного* в виде настоя принимают внутрь при остром и хроническом воспалении мочевого пузыря, непроизвольном мочеиспускании и др. недугах.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают до еды за день глотками.

6. Листья *подорожника ланцетного* и *блешного* в виде настоя принимают внутрь при ночном недержании мочи и др. недугах.

Приготовление и прием настоя — см. № 5.

7. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь при воспалении мочевого пузыря и его канала, ночном недержании мочи и др. недугах.

Настой: 3 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов в 0,5 л кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Траву *трясу́нки средней (кукушкины слезки)* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях нервной системы, вздрагивании во время сна, заболеваниях мочевого пузыря и недержании мочи.

Настой готовят и принимают, как в № 5.

9. Листьев *брусники* — 10 г, травы *зверобоя обыкновенного* — 20 г.

Отвар: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка, кипятят 10 минут и пьют (можно с медом по вкусу), начиная со второй половины дня, по стакану теплого отвара, последний стакан пьют перед сном при ночном недержании мочи у детей. Сбор действует оздоравливающе.

10. Травы *зверобоя обыкновенного*, травы *золототысячника* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Процеживают, добавляют по вкусу мед (или

без него) и пьют по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды, сведя на нет все другие жидкости, при ночном недержании мочи.

11. Плоды *можжевельника*, листья *толокнянки*, побеги *хвоща полевого* — поровну.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки или по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день, лучше до еды, и 2/3 стакана теплого настоя на ночь при самопроизвольном мочеиспускании.

12. Плоды *можжевельника*, корень *петрушки*, корень или трава *цикория* — поровну.

Назначение сбора, его применение и прием — см. № 11.

13. Листов *брусники*, травы *зверобоя обыкновенного*, травы *золототысячника* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при ночном недержании мочи.

14. Листьев *березы* — 20 г, корня *стальника* — 20 г, корня *синеголовника плосколистного* — 30 г, плодов *шиповника* — 50 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при воспалении мочевого пузыря, мочеточников и самопроизвольном мочеиспускании.

15. При ночном недержании мочи и др. недугах, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы, следует перевести его на полное голодание с приемом внутрь по 1/2—2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи, а при необходимости и отстоянной воды. Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболеваний, примерно 1—2 недели, ее следует проводить до достижения положительного результата. Эта терапия достаточно быстро нормализует психику, восстанавливает деятельность систем и органов и прекратит ночное мочеиспускание.

16. При ночном недержании мочи, когда многие рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, необходимо делать инъекции его стерилизованной мочи по 1—2—3 мл (дétям — по 0,2—0,3—0,5 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие процедуры полезны и тем, кто принимает свою мочу, как указано в № 15. Они намного ускорят действие всех препаратов и полное исцеление.

✦ **НЕРВНОЕ ВОЗБУЖДЕНИЕ** — успокаивающие (седативные) средства.

1. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде настоя принимают внутрь при нервном возбуждении как средство, укрепляющее нервную систему и весь организм.

Настой: 1—2 чайных ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь как гипотензивное, успокаивающее нервную систему и сердечные боли средство.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Цветущие ветки *бересклета бородавчатого* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервных расстройствах и сильных головных болях.

Настой: чайную ложку коры веток или сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 2—3 раза в день до или после еды.

Настойка: 2 г сырья настаивают 5—7 дней в 100 мл водки и принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

4. Корни *борщевика рассеченного* или *сибирского* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее (седативное) средство при нервных возбуждениях, судорогах различного происхождения и эпилепсии.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Корень *валерианы лекарственной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как успокаивающее нервную систему средство при нервных потрясениях, тяжелых переживаниях, нервном подергивании и др. недугах.

Настой 1: 2 чайные ложки корня настаивают 6—8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1—2 ст. ложки настоя (детям — по чайной) 3 раза в день до еды при нервных расстройствах.

Настой 2: 2 ст. ложки корня настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день при нервных потрясениях, истерии и т. п.

6. Все растение (листья, кору и корни) *вороньего глаза четырехлистного* в виде настойки принимают внутрь как успокаивающее нервную систему средство при психических расстройствах, нервных подергиваниях, головных болях и головокружении.

Настойка: 10%-ная; 2 чайные ложки этой настойки разводят в стакане теплого, с медом по вкусу, кипятка и принимают по ст. ложке смеси через каждые 1—2 часа, но не более стакана смеси в день.

Ядовито!

7. Корень *дягиля лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при нервном возбуждении, истерии, эпилепсии и как общеукрепляющее и тонизирующее средство при нервном истощении.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2—3 часа в стакане теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости и многих других недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Цветущую траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя или настойки принимают внутрь при функ-

циональных расстройствах нервной системы, истерии, повышенной нервной возбудимости и др. недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—6 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—6 раз в день до еды.

10. *Йод* обладает функцией оказывать седативное влияние на организм и нервную систему при увеличении нервного напряжения, большой раздражительности и бессоннице. При наличии этих факторов, способствующих увеличению напряжения и нагрузок на организм, возникает потребность в йоде, необходимом для уменьшения нервного напряжения, расслабления организма и создания условий для оптимистического настроения, предрасполагающего организм к миру и спокойствию посредством создания запасов резервных веществ, расходуемых в случае необходимости.

Применение: 1 чайную ложку яблочного уксуса смешивают со стаканом фруктового сока или теплой кипяченой воды, наливают в эту смесь из капельницы 1 каплю 5%-ной настойки йода, все тщательно размешивают и выпивают глотками за 20—30 минут до еды как седативное средство.

11. Корневища и корни *клопогона даурского (цимицифуги)* в виде настойки принимают внутрь как успокаивающее средство при повышенной нервной возбудимости, истерии, мигрени и бессоннице.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 50—60 капель или чайной ложке на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

12. Все растение (траву и корни) *колючника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при нервных и психических заболеваниях (повышенной нервной возбудимости, нервном потрясении, истерии и бессоннице) как седативное средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

13. Клубнелуковицы *лилии кудреватой (саранки)* в виде настоя принимают внутрь при нервных потрясениях и плохом настроении.

Клубнелуковицы съедобны, настой из них готовят произвольный по концентрации и принимают по желанию.

14. Цветки *липы мелколистной* в виде отвара принимают внутрь при нервных потрясениях, судорогах как успокаивающее нервную систему средство.

Отвар: ст. ложку цветков кипятят 10 минут в стакане кипятка и выпивают с медом по вкусу все на ночь.

15. Траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, стимулирующее центральную нервную систему при слабости ее, сильных душевных потрясениях, истерических припадках, обмороках и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

16. Мед следует принимать регулярно по 100—120 г ежедневно при всех нервных, психических и мн. др. заболеваниях, что предохранит организм от приобретения новых и устранил уже имеющиеся заболевания.

Принимать мед следует примерно так: 30 г утром, 40 г днем и 30 г вечером до еды, можно с горячим молоком, чаем или кипятком.

Более высокие дозы меда принимать не следует, т. к. это приводит к чрезмерной деятельности поджелудочной железы.

17. Веточки с листьями *омелы белой* в виде настоя или настойки принимают внутрь как седативное средство при ипохондрии, истерии, головокружении и др. недугах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная, на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на ст. ложку или 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

18. Траву *панцерии (пустырника шерстистого)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как седативное средство при нервных и сердечно-сосудистых заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная, на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель на ст. ложку или 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

19. Корневища и корни *патринии средней* (*каменная валериана*) в виде настойки принимают внутрь как седативное средство при повышенной возбудимости, неврозах сердца, головной боли, бессоннице и др. недугах.

Настойка: 25%-над на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

20. Корни или траву *полыни обыкновенной* (*чернобыльника*) в виде настоя принимают внутрь при хронических нервных заболеваниях, нервных припадках и бессоннице.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при неврастении и судорогах.

21. Траву *прострела раскрытого* (*сон-траву*) в виде настоя принимают внутрь как более активное средство при функциональных заболеваниях нервной системы — неврастении, мигрени, спазмофилии, бессоннице и др. недугах.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 2—3 часа или ночь в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки, детям — по чайной ложке настоя, 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

22. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости, истерии, сердечных заболеваниях и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

23. Листья *салата огородного* в свежем виде едят со сметаной и солью, а в сухом виде, в виде настоя, принимают внутрь как успокаивающее нервную систему средство при истерии, неврастении и бессоннице.

Настой: 3—4 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день и стакан на ночь.

24. Траву и корни *синеголовника плосколистного* в виде настоя принимают внутрь при расстроенной нервной системе, испуге, ночных кошмарах и бессоннице.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

25. Корневища с корнями *синюхи лазурной* в виде настоя принимают внутрь как более активное успокаивающее нервную систему средство при нервных расстройствах, испуге, истерии и др. недугах.

Настой: 2 чайные ложки корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

26. Семена (плоды) или траву *укропа пахучего* в виде настоя принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости и бессоннице.

Настой: 2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3 раза в день и стакан настоя на ночь.

27. Шишки *хмеля обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь нервные больные, страдающие бессонницей.

Настойка: 25—30%-ная, на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды перед обедом и перед сном.

28. Траву *чистеца байкальского* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более активное успокаивающее нервную систему средство при истерии, неврастении, раздражительности и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стака-

не кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

29. Траву *чистеца лесного* в виде настоя принимают внутрь при нервном возбуждении, истерии и др. признаках нервных расстройств.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—3 ст. ложки настоя 3—4—5 раз в день до еды.

30. Травы *пустырника* — 20 г, травы *сушеницы болотной* — 15 г, травы *тимьяна* — 10 г.

Настой: весь сбор настаивают час в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при расстройстве нервной системы и бессоннице.

31. Корня *валерианы* — 20 г, цветков *ромашки аптечной* — 30 г, плодов *тмина обыкновенного* — 50 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды при нервном перевозбуждении и раздражительности как успокаивающее средство.

32. Корень *валерианы*, корень *гвоздичного корня*, листья *мелиссы*, листья *мяты перечной* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) без ограничения, как чай, при нервных заболеваниях (неопределенных волнениях, страхе) и бессоннице.

33. Корня *валерианы* — 20 г, листьев *мяты перечной* — 30 г, травы *пустырника* — 30 г, шишек *хмеля* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при нервном перевозбуждении, раздражительности и бессоннице.

34. Корня *валерианы* — 10 г, травы *вереска* — 40 г, травы *пустырника* — 30 г, травы *сушеницы болотной* — 30 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают ночь в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя через каждые 1—2 часа, выпивают весь настой в

течение дня при расстроенных нервах, неврастении, мнительности, пугливости, эпилепсии и бессоннице.

35. Листьев *ежевика сизой* — 25 г, травы *пустырника* — 20 г, травы *сушеницы болотной* — 15 г, травы *ясменника пахучего* — 20 г, травы *чабреца* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до или после еды (по показаниям) при истерических припадках, истерии, раздражительности и бессоннице.

✦ НЕРВНОЕ ИСТОЩЕНИЕ

См. разделы «Неврастения», «Истощение физическое»).

✦ НИМФОМАНИЯ — чрезмерное половое влечение у женщин.

1. Плоды или листья *дурмана обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь при нимфомании и апизме.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 3—5 капель настойки на 2 ст. ложки теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

2. Траву *душицы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь (иногда в комплексе с др. растениями) при повышенной половой возбудимости у женщин и как abortивное средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Цветки *кувшинки белой* в виде настоя принимают внутрь при нимфомании как успокаивающее средство.

Настой: 1—2 ст. ложки цветков настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Свежие цветки или плоды *кубышки* в виде настоя

принимают внутрь при нимфомании как успокаивающее средство и при бессоннице.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Траву (стебли) *наслена сладко-горького* в виде отвара принимают внутрь при нимфомании как успокаивающее средство и некоторых заболеваниях.

Отвар: ст. ложку травы кипятят час в стакане воды и принимают по 2 ст. ложки отвара 3 раза в день до еды.

6. Шишки (женские соцветия) *хмеля обыкновенного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при чрезмерной половой возбудимости как успокаивающее средство и при бессоннице.

Настой: ст. ложку измельченных шишек настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды и стакан на ночь.

7. Листьев или измельченных плодов *дурмана обыкновенного* — 5 г, травы *душицы* — 15 г, шишек *хмеля* — 10 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды при нимфомании как успокаивающее средство.

❖ **НОГИ** — разные заболевания нижних конечностей.

1. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде настоя в малых дозах принимают внутрь при отеках ног, водянке почечного происхождения и др. заболеваниях.

Настой: 1 чайную ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждые 1—2 часа.

Строгая дозировка! Ядовито!

2. Свежие листья *алоэ древовидного* или сок из них применяют наружно при незаживающих ранах и язвах на ногах, сопровождающихся сильными болями и упорно не

поддающихся лечению. Используют сок в виде повязок на больное место.

3. Траву *барвинка травянистого* в виде настоя применяют при лечении гнойных ран, язв и дерматитов.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и в теплом виде обмывают больные места, делают компрессы.

4. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях, артрите, подагре и пяточной шпоре.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Наружно при пяточных шпорах делают компрессы на подошвы ног.

5. Траву *горца почечуйного* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при ранах, язвах и сыпи на ногах.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды. Для наружного применения используют настой с большой концентрацией для примочек и компрессов.

6. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде настоя для ванн и примочек принимают при дистрофии, потливости ног.

Настой: 20%-ный, с температурой ванны +39°...+40° в течение 20—30 минут, лучше на ночь.

7. Все растение (траву и корни) *дурнишника обыкновенного* в виде настоя в теплом виде используют наружно при грибковых поражениях, сыпи и язвах на ногах.

Настой: 20%-ный, для ванн, обмываний или орошений.

8. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при механических повреждениях костей.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Этот теплый настой используют для продолжительных компрессов.

9. Траву *золотарника обыкновенного* в виде сгущенного настоя в теплом виде используют для примочек или компрессов при гнойных ранах и повреждениях костей.

10. Кору *ивы белой* в виде настоя используют для обмывания гнойных ран и в виде ванн при гангрене нижних конечностей.

Настой: 20—30%-ный, используют только в теплом виде.

11. Сок листьев и стеблей *каланхоэ перистого* принимают наружно в виде повязок в хирургической практике для лечения гнойных ран и язв как противовоспалительное и заживляющее средство.

Сок готовят следующим образом: свежесрезанные листья и стебли хранят при температуре +5°...+10° в течение недели, затем моют в проточной воде и измельчают в мясорубке (лучше в соковыжималке). Получается однородная масса, которую отжимают, жидкую часть отстаивают. При температуре +4°...+10° стерилизуют, фильтруют и консервируют. На вид это прозрачная желтая жидкость с оранжевым оттенком.

12. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде сгущенного настоя или настойки используют наружно для обмываний или компрессов при ожогах, обморожениях, ранах, свищах и язвах.

Настойка для наружного применения 30%-ная на 40%-ном спирте, настой такой же, применяют в теплом виде.

13. Кору корней *каперсов колючих* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при анемии нижних конечностей и мн. др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа или ночь в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой для ванн: 10—20%-ный из измельченных плодов и корней.

14. Кору молодых ветвей *каштана конского обыкновенного* в виде настойки или порошка принимают внутрь при атеросклерозе, варикозном расширении вен, тромбозах и эндартериите как средство, снижающее свертывае-

мость крови, предотвращающее образование тромбов и растворяющее уже образовавшиеся.

Настойка: 3—4 ст. ложки настаивают 5—7 дней в 0,5 л 40°-ного спирта, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Порошок из коры, реже плодов, принимают по 0,5—0,8 г, запивая теплой кипяченой водой через каждые 2—3 часа.

15. Лавровый лист в виде произвольного по концентрации настоя используют наружно для ванн при сильном потении ног, когда мн. средства использованы, а результат не удовлетворяет.

Настой: измельченный лист настаивают 2—3 часа в кипятке, подогревают и 20—30 минут парят в нем ноги. Такие ванны делают 2 раза в день до полного устранения потения.

16. Корень лопуха большого и др. видов в виде настоя принимают внутрь при мн. заболеваниях обмена, веществ как кровоочистительное средство при язвах, подагрических, ревматоидных, и др. поражениях конечностей.

Настой: 3—4 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды или без ограничения.

17. При растяжении сухожилий в народной медицине используют свежеперетертый корнеплод лука *репчатого*, смешанного с *сахарным песком* 2:1, или 2—3 доли перетертого лука смешивают с 1 долей сахарного песка. Хорошо промешивают, накладывают толстым слоем на чистую тряпочку и закрепляют на больном месте.

18. Маточное (пчелиное) молочко принимают подязычно или в смеси с медом, алкоголем внутрь при атеросклерозе нижних конечностей, тромбофлебите, эндартериите и др. заболеваниях.

Чистое молочко, 20—30 мг (на кончике ст. ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г подогретого меда, промешивая до полного остывания

смеси. Принимают по 1/4 чайной ложки подязычно, как чистое молочко, до полного растворения под языком или смешивают (что хуже) с 1/2 стакана теплого молока или кипятка и выпивают 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 5—10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день за час до еды.

19. Корень *молочая болотного* в виде настоя используют наружно в виде ванн, компрессов или примочек при кожном туберкулезе и инфицированных ранах.

Концентрация настоя 50%-ная, применяют в теплом виде.

20. При травматических, ревматоидных, туберкулезных и др. повреждениях в костях принимают чистое или в смеси *мумие*.

Чистое мумие принимают (лучше подязычно) по 0,2—0,3 г 3—4 раза в день до еды, кладут под язык и держат там до полного растворения.

Смесь: 0,2—0,3 г мумие растворяют в 1/2 стакана теплого овощного или фруктового сока (оно легко растворяется в них) и выпивают 2—3 раза в день до еды.

Лечение будет ускоренным, если больной будет регулярно чистить рот с помощью подсолнечного масла, как рекомендовано в разделе «Печень» и в др. разделах. После чистки 1/2 чайной ложки смеси с медом 1 : 2, тщательно смешанную в водяной бане при слабом прогреве меда, кладут под язык и держат до полного растворения 2—3 раза в день за час до еды.

Наружно на больные места желательно ставить теплые компрессы на продолжительное время из сложенного в 3—5 слоев полотна, обильно пропитанного в теплом настое травы живокости полевой, полыни «божье дерево» или собственной теплой мочой больного, по мере высыхания их увлажняют снова.

21. Сок из зеленых плодов *огурца бешеного* используют наружно в виде легкого втирания на больное место как обезболивающее средство при костных и суставных заболеваниях, но с большой осторожностью.

Сильно ядовито!

22. Корень *окопника лекарственного* в виде настоя принимают внутрь, в виде мази используют наружно при механических, ревматоидных и туберкулезных повреждениях костей как регенеративное и обезболивающее средство, а также при труднозаживающих и глубоких ранах.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Мазь: свежеистолченный или перетертый корень смешивают пополам с разогретым свиным или гусиным жиром и натирают больные места при переломах, вывихах, ревматизме, костном туберкулезе и др. недугах.

23. Траву *очитка едкого* в виде мази из порошка травы и внутреннего свиного жира используют для втираний на больные места при ушибах, переломах костей и др. недугах в них.

Мазь: 1 часть порошка на 4 части основы.

24. Траву с плодами *наслена черного* в виде сока или настоя используют наружно в виде примочек или компрессов при гангренозных состояниях конечностей, ранах и язвах.

При отсутствии сока готовят 30%—40%-ный настой и применяют в теплом виде.

25. Свежеистолченные листья *подорожника большого* и др. видов используют для повязок или компрессов из сгущенного настоя при абсцессах, инфицированных ранах и язвах.

26. Веточки *полыни «божье дерево»* в виде настоя принимают внутрь и используют для ванн или мази наружно при болях в костях и потливости ног.

Настой 1: ст. ложку веточек настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки сладкого настоя 3 раза в день до еды.

Настой 2: 100 г веточек настаивают 2—3 часа в ведре кипятка и применяют в виде повязок на больные места.

27. *Прополис* в чистом виде, в виде настойки или масляного извлечения принимают внутрь и используют наружно при вирусных, инфекционных и др. заболеваниях крови как средство, способствующее улучшению ее со-

става (делающее кровь менее вязкой и более чистой) при атеросклерозе, гангрене, тромбофлебите, эндартериите и мн. др. заболеваниях нижних конечностей.

Наружное применение вытяжек из прополиса используют при механических, ревматоидных, туберкулезных и др. повреждениях конечностей как противомикробное, обезболивающее и регенеративное средство при вышеперечисленных заболеваниях, волчанке, обморожениях, ожогах, ранах и язвах.

Чистый прополис принимают по 4—7 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 15—20%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день за час до еды, наружно этой настойкой обрабатывают гангренозные раны и любые повреждения как сильное обезболивающее, обезвреживающее и регенеративное средство.

Приготовление 10—15%-ного прополисного масла см. в разделе «Абсцесс» и др.

28. Почки и цветки *сирени обыкновенной* в виде настойки принимают внутрь при ревматизме, отложении солей в суставах, особенно при пяточной шпоре.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды, наружно из этой настойки делают компрессы на больное место или натирают больные места.

29. Цветки и листья *смородины черной* в виде настоя принимают внутрь при общем недомогании и мышечной слабости.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

30. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь для профилактики и лечения склеротических повреждений стенок сосудов, при кровоизлияниях в них, атеросклерозе, тромбофлебите, эндартериите и др. заболеваниях.

Наружно настойку используют для промывания и лечения ожогов, любых ран и язв.

Порошок принимают по 2—5 г или 1/4 чайной ложки на прием, запивая теплым настоем из плодов шиповника, 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника, произвольного по концентрации, 3—4 раза в день до еды.

31. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя на кипятке или масле используют наружно при гангренозных состояниях конечностей, труднозаживающих ранах и язвах.

Настой: 5—6 ст. ложек травы настаивают 2—3 часа в литре кипятка, подогревают и используют для продолжительных ванн, компрессов и обмываний.

32. Почки *тополя черного (осокоря)* в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно при гангренозных состояниях конечностей, ран и язв.

Настой: 10%-ный для теплых и продолжительных ванн, компрессов или обмываний.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

33. Соцветия и листья *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя используют наружно как более эффективное кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство при свежих и старых ранах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, используют для обмываний, примочек или повязок.

34. Соцветия *цмина обыкновенного (бессмертника песчаного)* в виде отвара принимают внутрь при онемении ног, невралгических болях, особенно ишиасе.

Отвар: 1—2 ст. ложки соцветий кипятят 15 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды в течение 2—3 недель.

35. *Чайный лист* в виде горячего настоя используют

для горячих ванн как осушающее средство при сильном потении ног.

Настой: 15—20 г измельченного листа настаивают 2—3 часа в литре кипятка и в теплом настое парят ноги 20—30 минут 2 раза в день. После ванны насухо вытирают, надевают льняные или шерстяные носки.

36. При растяжении сухожилий покрывают свежеприготовленным соком из чеснока *посевого* больные места в течение недели, накладывая слой на слой, не смывая предыдущий. Многослойный сок чеснока стянет больное место, как жгут, и растяжение будет ликвидировано.

37. Плоды *шиповника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при авитаминозе С как средство, положительно влияющее на углеводный обмен, функцию костей и мозга, при механических повреждениях конечностей и заболеваниях, истощающих организм.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных плодов настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка. Процеживают через марлю, добавляют 2 ст. ложки меда и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

38. *Оплодотворенное куриное яйцо*. Очищая от скорлупы сваренные вкрутую яйца, соберите находящуюся под скорлупой пленку (как папиросную бумагу); смачивая ее в холодной воде, покройте ею пораженное гангреной или сибирской язвой место, т. е. сделайте компресс, сверху накройте газетной бумагой, потом ватой и закрепите все; 5 минут больной будет сидеть спокойно, на 6-й минуте начинают появляться боли, все время усиливаясь, — и так в течение 10 минут. Об этих предстоящих «адских» болях надо предупредить больного заранее или давать наркоз. Иногда приходится 2—3 мужчинам держать больного в течение 10 минут. На 16-й минуте боли начнут утихать. Через 20 минут снимите компресс, и вы увидите чистое и здоровое тело, которое раньше было гангренозным.

Чтобы узнать, оплодотворенное яйцо попало или нет, смоченные в холодной воде кусочки пленки положите на указательный палец, вместо компресса положите 3—4 слоя газеты, прижмите ее своим большим пальцем и подожди-

те 5 минут; если появится подергивание — значит, яйцо оплодотворенное, а если подергивания не будет, его не следует применять. Лечебным свойством обладают только оплодотворенные яйца.

39. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно как достаточно активное кровоостанавливающее средство при внутренних и наружных кровотечениях.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды; настоем промывают раны, язвы для остановки кровотечения.

40. Цветов *ромашки аптечной* — 20 г, травы *тысячелистника* — 10 г.

Настой: 1 ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и применяют для остановки кровотечений, лечения ран и язв в виде обмываний и примочек.

41. При подагрических поражениях суставов для уменьшения хромоты взбивают свежий желток *куриного оплодотворенного яйца* с 1 чайной ложкой *терпентинового масла* (скипидара) и ст. ложкой *яблочного уксуса*. Втирают эту смесь на больной сустав или на всю ногу.

42. Травы *вереска* — 30 г, травы *золотарника* — 40 г, побегов *хвоща полевого* — 30 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Теплый настой используют для компрессов при абсцессах и труднозаживающих ранах.

43. Кору *дуба* — 20 г, травы *зверобоя* — 100 г в виде отвара: 2 литра воды кипятят 10 минут, добавляют 100 г соцветий *календулы*, настаивают час и используют для ванн и примочек на гангренозную, зловонную рану, делают повязку.

44. Травы *багульника* — 150 г, корня *чемерицы Лобеля* — 15 г, *свиного* (несоленого) *жира* — 500 г. Путем перетапливания жира и порошка, из растений готовят мазь. Используют мазь для втирания на больное место при болях в костях.

45. Чистый *деготь* — 1 часть, *медный купорос*, необходимо пережечь на огне до образования бело-серого порошка — 1 часть, *сера желтая* (порошок) — 1 часть.

Все необходимо перекипятить в дегте, тщательно промешать. При отсутствии дегтя можно применить гусиный или другой жир. Этой мазью смазывают пораженные грибом (волчий лишай) места на руках и ногах, обычно между пальцами.

46. Листьев *березы* — 10 г, цветов *бузины черной* — 10 г, коры *каштана* — 10 г, травы *лабазника* — 15 г, травы *наслена черного* — 20 г, корня *лопуха* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при нарушенном мочекисллом обмене, заболеваниях суставов и всех конечностей.

47. Травы *маргаритки* — 20 г, листьев *мелиссы* — 20 г, корня *окопника* — 30 г.

Мазь: в 200 г растопленного (несоленого) любого жира всыпают, промешивая, 30—40 г порошка из этого сбора. Парят в духовке, без кипения, сутки. Используют мазь при туберкулезе костей.

48. Корня *гравилата городского* — 20 г, коры *дуба* — 10 г, травы *зверобоя* — 20 г, соцветий *календулы* — 10 г, почек *тополя* — 30 г. Сбор превращают в порошок, настаивают час и более в кислом молоке, превращая путем промешивания в сметанообразную массу. Эту смесь используют для повязок на гангренозную поверхность с заменой повязки по мере высыхания предыдущей.

49. При всех, в том числе и тяжелых, повреждениях конечностей (ранения, травмы) важно, чтобы травматолог правильно вправил суставы; забинтуйте травмированную конечность толстым слоем бинта и обильно полейте этот бинт теплой мочой больного. Сверху компресс накройте слоем ваты и пропарафиненной бумагой, закрепите его бинтом или пластырем, по мере высыхания увлажняйте снова (не разбинтовывая), допускается и старой, но подогретой мочой больного.

Для ускорения выздоровления больного следует перевести на полное голодание с приемом по 1/2—2/3 стакана 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды. Время такой

голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, примерно 1—2 недели, реже больше.

В процессе этого метода лечения компресс разбинтовывать не следует, достаточно того, что он будет постоянно влажным и теплым от мочи. Обычно раны и травмы, доведенные ранее до гангренозных состояний, заживают достаточно быстро, не оставляя даже следов.

50. При гангрене одной или обеих конечностей, с разрывом тканей, кожи или того хуже, когда время на исцеление ограничено, а врач настаивает на ампутации только, больного следует перевести на полное голодание с приемом внутрь по $\frac{2}{3}$ —1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ежедневно следует делать массаж (растирание) всего тела или травмированной конечности в течение часа и более теплой мочой больного 2 раза в день. После массажа на всю больную конечность накладывают компресс из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой его. Сверху компресс накрывают слоем пропарафиненной бумаги или целлофановой пленкой и закрепляют бинтом или пластырем, а по мере высыхания компресса увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой больного.

При отсутствии достаточного объема мочи для растирания тела ее допускается брать у здорового человека того же пола, но компрессы накладываются только с мочой больного. Лечение будет ускоренным, если компрессы будут ставиться на все тело, а не только на больной участок его.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—3 недели, реже больше.

51. При заболеваниях нижних конечностей (водянка, гангрена, сыпи, тромбофлебит, эндартериит и др.), когда вышеприведенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, необходимо делать инъекции его стерилизованной мочи по 1—2 мл 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Также инъекции, особенно на фоне полного поста (см. № 50), намного ускорят действие всех препаратов и полное исцеление.



❖ **ОБЛЫСЕНИЕ (алопеция)** — процесс, характеризующийся поредением или выпадением волос, возникает обычно при нервном потрясении, функциональных нарушениях эндокринного аппарата, себорее и по др. причинам.

1. Корневища *аира болотного* в виде настоя используют для обмывания или примочек для укрепления и роста волос.

Настой: 20—30%-ный, настаивают 2—3 часа.

2. Траву *бодяка полевого (осота розового)* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно для мытья головы и примочек, особенно при поражениях волосистой части головы (себорее, зуде кожи и лишаях). Принимают настои при нарушении обмена веществ в организме.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и принимают по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья и корни *буквицы черной* в виде настоя принимают внутрь при нервных заболеваниях, истощении как тонизирующее средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Все растение (листья, кору ветвей, корни) *вороньего глаза четырехлистного* в виде настойки принимают внутрь каплями при нервных заболеваниях, психических расстройствах, головных болях и головокружениях.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, смешивают 2 чайных ложки настойки в стакане теплой кипяченой

воды и принимают по ст. ложке этой смеси каждые 2 часа, не более 1 стакана в день.

5. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде настоя используют для примочек при дисгидрозе и жирной себорее.

Настой: 1—2 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, используют в теплом состоянии.

6. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настоя используют при жирной себорее и угревой сыпи.

Приготовление настоя — см. № 5.

7. Листья *крапивы двудомной* или *жгучей* в виде настоя используют для примочек и втираний при жирной коже головы для укрепления и роста волос.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и используют в теплом виде.

8. Плоды *крыжовника обыкновенного* в свежем виде рекомендуется принимать без ограничения детям и пожилым людям при нарушении обмена веществ, частых кровоизлияниях и кожных заболеваниях.

9. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя или мази используют для примочек, компрессов или втираний в кожу головы как хорошее средство для ращения и предупреждения выпадения волос.

Настой: 2—3 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа или ночь в 0,5 л кипятка, применяют в теплом виде.

10. Свежеперетертую кашицу из корнеплода *лука репчатого* используют для втирания в голову при быстром выпадении волос и для роста их.

11. Траву *моркови культурной* в виде настоя используют для мытья головы и оставляют ее мокрой на ночь, завязывая платком. Этот метод укрепляет и улучшает рост волос.

Настой: 2—3 ст. ложки ботвы настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, подогревают и моют голову.

12. Траву *подмаренника цепкого* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при неправильном обмене веществ, упорных кожных заболеваниях и выпадении волос.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, этим же настоем моют голову.

13. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и восстанавливающее обмен веществ средство при множественных кожных заболеваниях.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 12 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя используют наружно при себорейном дерматите и перхоти головы.

Настой: 3—4 ст. ложки соцветий настаивают 2—3 часа в 1,5 л кипятка, процеживают, моют голову и делают примочки.

15. Листья *салата огородного* в свежем виде едят со сметаной, в сухом виде настаивают и принимают внутрь как средство, успокаивающее нервную систему при расстройстве ее, неврастении и бессоннице.

Настой: 3—4 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды и стакан на ночь.

16. Побеги *хвоща полевого* в виде теплого настоя используют для примочек при жирной себорее головы и угревой сыпи лица.

Настой: 1—2 ст. ложки побегов настаивают 2—3 часа в стакане кипятка.

17. Траву *череды трехраздельной* в виде теплого настоя используют для примочек или орошений при различных диатезах, сопровождающихся сыпью, себореей головы и молочным струпом.

Настой произвольный, максимальной концентрации.

18. Листья *шалфея лекарственного* в виде теплого настоя используют для примочек при широкопористой коже, угревой сыпи и себорейных дерматитах.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, подогревают и используют.

19. 100 г листьев *крапивы двудомной* настаивают 4 часа в смеси, состоящей из 0,5 л *яблочного уксуса* и 0,5 л *теплой кипяченой воды*, кипятят 5 минут и в теплом виде используют для мытья головы или примочек при облысении.

30. Корневища *аира болотного* — 1 часть, шишки *хмеля* — 2 части.

Отвар: 4—6 ст. ложек смеси кипятят 5 минут в литре воды, настаивают 1—2 часа, подогревают, используют для мытья головы и примочек как средство от облысения и перхоти.

21. Листьев *крапивы двудомной* — 50 г, всего растения *мать-и-мачехи* — 30 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка, подогревают, используют для мытья головы или примочек при выпадении волос и обильной перхоти с зудом кожи.

22. Кору *дуба* — 30 г, коры *ивы* — 30 г, травы *чабреца* — 30 г.

Отвар: 4 ст. ложки сбора кипятят 5—10 минут в литре воды, настаивают 1—2 часа, подогревают, втирают в кожу головы или делают примочки при облысении.

23. Травы или всего растения *земляники лесной* — 40 г, листьев *мелиссы* — 20 г, травы *чабреца* — 20 г, травы *ясменника пахучего* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как средство, стимулирующее обмен веществ.

24. Травы с корнем *косяники обыкновенной*, травы *мха кукушкин лен*, веточек с листьями *омелы белой*, травы *осоки песчаной* — поровну.

Настой: 100—150 г измельченного сбора настаивают 2—3 часа в 3 л кипятка, подогревают, используют для мытья головы или примочек при себорее.

25. При выпадении волос (облысении) следует ежедневно мыть голову теплой мочой больного, делать примочки или втирать в кожу головы, допускается и старой, но подогретой мочой его, облысение прекращается, восстанавливаются рост и цвет волос.

❖ **ОБМОРОЖЕНИЕ** (гипотермия) — наступает при сильном переохлаждении организма или его участков. Чаще обморожению подвергаются конечности. В таких случаях рекомендуются тепловые процедуры, растирания, вызывающие приток крови к пораженному участку тела, примочки, наложение повязок и горячее питье.

1. Листья *агавы американской* расщепляют и прикладывают сочной стороной к обмороженным участкам тела. Это вызывает сильное жжение, т. к. приток крови к данному участку увеличивается и гипотермия устраняется. Бояться такой реакции не следует, она побочных явлений не дает, и тот, кто терпеливо перенесет это ощущение, быстро получит полное исцеление.

2. Свежие измельченные листья или сок *алоэ древовидного* применяют наружно в виде повязок при ожогах и обморожениях как средство, устраняющее воспалительные процессы и раздражение кожи.

3. *Горчицу сарептскую* в виде порошка из ее плодов или настойки используют наружно для растираний обмороженных участков тела, чтобы вызвать прилив крови на пораженный участок и тем самым устранить гипотермию.

Настойка: 5%-ная, на 70°—40°-ном спирте.

4. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде теплого отвара используют для компрессов при обморожении.

Отвар: 2—3 ст. ложки коры кипятят 15 минут в 0,5 л воды, настаивают час.

5. Кору *ивы белой (ветла)* в виде теплого настоя или порошка используют для обмываний и присыпок гангренозных и гнойных ран, вызванных обморожением.

Настой: 30—40%-ный, настаивают 2—3 часа.

6. Сок листьев и стеблей *каланхоэ перистого* оказывает противовоспалительное действие при обморожении, способствует быстрому очищению и заживлению ран, не раздражает кожу и слизистые оболочки. Применяется наружно в виде повязок в хирургической практике.

7. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя или настойки используют наружно при обморожениях.

Настой: 20%-ный, на 40°-ном спирте.

8. Измельченные листья *капусты огородной* варят 5 минут в молоке и смешивают с яичным белком, прикладывают к обмороженным участкам тела. Смесь: 1 : 2 : 1.

9. Свежеприготовленный сок *картофеля* рекомендуется применять как противовоспалительное средство при обморожениях. Салфетку обильно смачивают соком и прикладывают к больному месту, фиксируют бинтом или пластырем. Через 1,5—2 часа повязку снимают и заменяют новой.

10. Корневища *лапчатки прямостоящей* в виде теплого настоя используют для полосканий или примочек при обморожениях.

Настой: 20%-ный, настаивают 2—3 часа, подогревают.

11. Корень *опонки лекарственного* в виде настоя или настойки используют наружно как средство, стимулирующее рост клеток и восстанавливающее грануляцию поврежденных обморожением тканей.

Настой: 1—2 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, подогревают и применяют для полосканий, примочек или компрессов.

12. *Перец красный (турецкий)*, стручки его в виде настойки используют для растираний обмороженных участков тела, чтобы вызвать прилив крови к пораженному холодом участку тела и тем самым прогреть его, устранив гипотермию.

Настойка: 10—25%-ная, на 70°—40°-ном спирте.

13. *Прополисную мазь* используют наружно в виде смазываний или повязок при абсцессах, ранах и язвах, вызванных обморожением или ожогами.

Мазь: 10—15%-ная, на подсолнечном или сливочном масле.

14. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя на подсолнечном масле или кипятке используют наружно в виде легкого втирания, примочек или повязок при труднозаживающих ранах, обморожениях и язвах.

Настой 1: 1—2 ст. ложки травы настаивают 10 дней в 100 мл подсолнечного масла, периодически взбалтывая, фильтруют и применяют в теплом виде.

Настой 2: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, применяют в виде примочек и орошений.

15. Свежеперетертой мякотью *тыквы столовой* обкладывают воспаленные участки кожи после обморожений или ожогов.

16. Цветки или траву *тысячелистника обыкновенного* в виде настоя используют наружно как достаточно активное кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство при кожных повреждениях.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают час в стакане кипятка, подогревают, делают примочки, орошение или компрессы на пораженную поверхность.

17. Листья *ореха грецкого*, соцветия *ромашки аптечной* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, подогревают и делают горячий компресс на пораженный участок тела при обморожении.

18. Листья *скуппии когигрия кожевенной*, корневища *тамуса (адамов корень)* — поровну.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, подогревают и используют для легкого втирания, компрессов или припарок на пораженные участки или конечности ног при обморожении.

19. Травы *зверобоя обыкновенного* — 20 г; травы *сушеницы болотной* — 20 г, почек *тополя* — 20 г.

Порошок из сбора настаивают 10 дней или кипятят 30 минут и настаивают 2 часа, периодически взбалтывая, в 100—150 мл подсолнечного масла. Используют для смазывания пораженных холодом участков тела при абсцессе и болях.

20. При сильных обморожениях, множественных кожных повреждениях на этой почве, язвах, когда многие рекомендации для больного неприемлемы, больную поверхность обрабатывают теплой мочой больного, потом закрывают эти места толстой повязкой и пропитывают теплой, допускается и старой, но подогретой мочой его. Сверху этот компресс накрывают слоем пропарафиненной бумаги или целлофановой пленкой и укутывают, по мере высыхания компресса его увлажняют снова теплой мочой больного.

✦ **ОБМОРОК** — внезапная потеря сознания, возникающая вследствие недостаточного кровообращения в сосудах головного мозга. Данный недуг наблюдается при психических травмах, болевых раздражениях, больших кровопотерях, интоксикации и по др. причинам. При повторных обмороках необходимо найти первопричину, вызвавшую данный недуг, и устранить ее.

1. Корень *аралии маньчжурской* (*шип-дерево*) в виде настойки принимают внутрь как тонизирующее средство при остаточных явлениях сотрясений или контузии головного мозга, гипотонии, нервных и психических заболеваниях.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплого молока, чая или кипятка 2—3 раза в день до еды.

2. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при сердечной недостаточности и нервных заболеваниях, как тонизирующее средство.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Траву *барвинка малого* в виде настоя принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, атеросклерозе и его др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

4. Траву *букашника горного* (*обморочника*), иногда с корнем в виде настоя, принимают внутрь при обмороках, головной боли и бессоннице.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Корень *валерианы* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервном потрясении, тяжелых переживаниях, истерии, головных болях (мигрени) и др. недугах.

Настой: ст. ложку корней настаивают 6—8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке, детям — по чайной, 3—4 раз в день до еды или по ст. ложке настоя через каждые 2 часа.

Настойка: 1—2 ст. ложки корня настаивают 5—7 дней

в 200 мл 40°-ного спирта, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

6. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, тромбозах, физическом истощении, анемии и др. недугах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждые 2 часа, особенно при сильном атеросклерозе сосудов головного мозга.

7. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при головных болях, головокружении, потере памяти, обмороках и др. недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки или по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

8. Все растение (листья, кору, корни) *вороньего глаза четырехлистного* в виде настойки принимают каплями внутрь при головных болях, головокружении, психических расстройствах, мигрени и др. заболеваниях.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, разводят 2 чайные ложки этой настойки в стакане теплой кипяченой воды и принимают по ст. ложке смеси через каждые 1—2 часа, но не более стакана в день.

Ядовито!

9. Семена (стручки) или траву *галеги лекарственной* (*козлятника*) в виде настоя принимают внутрь как один из доступных антикоагулянтов при атеросклерозе, тромбозе, сахарном диабете и мн. др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки измельченных семян или травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Траву *горца птичьего* (*спорыша*) в виде настоя принимают внутрь при нервном истощении как укрепляющее средство после тяжелых заболеваний и в пожилом возрасте.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Траву *дягиля лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при нервном истощении, возбуждении, истерии, эпилепсии и бессоннице.

Настой: ст. ложку корня (корень более эффективен) или травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при истерии, атеросклерозе и обмороках на этой почве.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 4—5 раз в день до еды.

13. Корень *женьшеня настоящего* в виде настойки принимают внутрь как тонизирующее и стимулирующее средство при физической и умственной усталости, функциональных заболеваниях центральной нервной системы (неврозы, неврастения, психостения и т. д.) и заболеваниях, истощающих организм.

Настойка: 10%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

14. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь для снижения мышечного тонуса, при сосудистых и травматических нарушениях головного мозга и поражениях спинного мозга.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Корень *заманихи высокой* в виде настойки принимают внутрь как стимулятор центральной нервной системы при физической и умственной усталости, сердечной недостаточности, гипотонии и др. недугах.

Настойка: 30 или 50%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

16. 5%-ную настойку *йода* в виде капель принимают внутрь при увеличении нервного напряжения, большой раздражительности и бессоннице.

Применение: 1—2 капли этой настойки смешивают с

1/2 стакана теплого свежего молока или кипятка и выпивают натошак 1 раз в день до еды как седативное средство.

Смесь: 1 чайную ложку яблочного уксуса смешивают со стаканом фруктового сока или теплой кипяченой воды, добавляют 1 каплю йода, тщательно размешивают и выпивают небольшими глотками до еды как седативное средство.

17. Соцветия *клевера лугового (красного)* в виде настоя принимают внутрь при головной боли, особенно головокружении, малокровии и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Траву *клевера шуршащего (желтого)* в виде настойки принимают внутрь при общей слабости, шуме в голове, обмороках и др. недугах.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки в 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—4 раза в день до еды.

19. Плоды и семена *лимонника китайского* в виде настойки или настоя принимают внутрь как стимулирующее и тонизирующее средство при заболеваниях центральной нервной системы, физическом и умственном перенапряжении, гипотонии и сердечной недостаточности.

Настойка: 25%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 40 капель настойки на 1/3 стакана теплого чая или кипятка 2—3 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 чайных ложки или по 3—4 раза в день до еды.

20. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при головной боли, головокружении с рвотой (синдром Меньера), запорах и др. недугах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 1—2 часа.

21. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь (последнее менее эффективно) при гипотонии, головокружении, физическом истощении и частых обмороках.

Чистое молочко, 30 мг (на кончике ножа), кладут под язык и держат до полного растворения, 3—5 раз в день за час до еды.

Смесь: 1—10 г молочка смешивают на водяной бане со 100 г меда и принимают по 1/4 чайной ложки подязычно, как чистое молочко, или смешивают с 1/2 стакана теплого молока, чая, кипятка и выпивают все за 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 5—10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день за час до еды.

22. Траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервных потрясениях, сердечных недомоганиях, головокружении, спазмах сосудов головного мозга и обмороках на этой почве.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают час в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

23. Плоды *мордовника шароголового* в виде настойки принимают внутрь при астенических состояниях с явлениями гипотонии, мышечной атрофии, рассеянном склерозе и вялом парапарезе.

Настойка: 2%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

24. Верхнюю часть шляпки *мухомора красного* (красно-белый пигмент) в виде настойки принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, множественном склерозе, функциональных нарушениях спинного мозга и бессоннице.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка. Ядовито!

25. Веточки с листьями *омелы белой* в виде настоя или

настойки принимают внутрь при атеросклерозе, сердечных заболеваниях, головокружении, истерии и обмороках на этой почве.

Настой: ст. ложку сырья настаивают ночь в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—50 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

26. Листья *ортосифона тычиночного (почечного чая)* в виде настоя принимают внутрь при склерозе сосудов головного мозга, сердечной недостаточности с отеками, гипертонии и др. недугах.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 2—3 раза в день до еды.

27. Траву (иногда с корнем) *первоцвета весеннего* в виде настоя принимают внутрь при физическом истощении, головокружении, параличах и др. недугах.

Настой: 3—4 ст. ложки всего растения настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

28. Траву и корни *полыни обыкновенной (чернобыльника)* в виде настоя принимают внутрь при хронических нервных заболеваниях, нервных припадках, эпилепсии и бессоннице.

Настой: 2—3 чайные ложки сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

29. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при повышенной нервной возбудимости, истерии, сердечно-сосудистых неврозах и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2 чайной ложки настойки на 1/3 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

30. Плоды и нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь с витамином С для лечения и профилактики кровоизлияний, особенно в головном мозгу, при склеротическом повреждении стенок сосудов и мн. др. недугах.

Порошок из плодов принимают по 0,2—0,5 г 3—4 раза в день до еды, запивая теплым настоем произвольной концентрации из плодов шиповника.

Настойка: 20%-ная из бутонов на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки, смешанной с 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника, 3—4 раза в день до еды.

31. *Чайный лист* в виде среднего или крепкого настоя принимают внутрь как средство, расширяющее кровеносные сосуды головного мозга, улучшающее деятельность сердца и возбуждающее центральную нервную систему. Настой пьют с медом по вкусу без ограничения.

32. Корня *валерианы* — 10 г, травы *вереска* — 40 г, травы *пустырника* — 30 г, травы *сушеницы болотной* — 30 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3 стакана теплого настоя через каждые 2 часа или выпивают все глотками в течение дня при расстроенных нервах (пугливости, мнительности и т. п.) и бессоннице.

33. Травы *барвинка малого* — 20 г, стручков или травы *галеги* — 30 г, травы *живокости полевой* — 20 г, листьев *мелиссы* — 15 г, соцветий *ромашки аптечной* — 15 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют больного по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды при сотрясении головного мозга, травмах головы и обмороках на этой почве, пьют, даже если больного кормят искусственно.

34. Цветков *ландыша* — 10 г, плодов *мордовника* — 15 г, плодов *софоры японской* — 10 г.

Сбор в виде 10—15—20%-ной настойки на 40°-ном спирте, по 20—30 капель настойки, смешивают с настоем, рекомендованным в № 33, при сотрясении головного мозга, травмах головы и обмороках на этой почве, и пьют

больного 3—4 раза в день до еды, даже если его кормят искусственно.

35. Травы *барвинка* — 10 г, цветков *боярышника* — 10 г, листьев *мелиссы* — 15 г, листьев и веточек *омелы* — 15 г, всего растения *первоцвета* — 15 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана сладкого и теплого настоя 3—4 раза в день до еды при нервных потрясениях, головной боли и головокружении.

❖ **ОДЫШКА** — нарушение частоты дыхания, его ритма и глубины по мн. причинам: в результате западения языка, скопления рвотных масс, механических повреждений или опухоли воздуховода, резкой бронхореи и силивании и по мн. др. причинам. Часто наблюдается в коматозном состоянии. Необходимо найти причину, вызывающую недуг, и устранить ее.

1. Траву *астрагала нушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при хронической сердечной недостаточности, сопровождающейся одышкой и отеками.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Цветки или плоды *боярышника обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь при сердечной недостаточности с одышкой и др. недугах.

Настойка плодов: 15%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—50 капель на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка цветков: 25%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

3. Плоды (семена) *дурмана обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь как наркотическое средство при одышке, судорожном и астматическом кашле, катаре дыхательных путей.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды или молока 5—6 раз в день, лучше до еды.

4. Траву *желтушника серого* и др. видов в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечной недостаточности с тяжелыми нарушениями кровообращения, одышке и др. недугах.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка. Фильтруют и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Препараты желтушников противопоказаны при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокардите, эндокардите и сильном артериосклерозе.

5. Цветущую траву *икотника серо-зеленого* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее средство при нервной икоте, одышке, удушье, кашле и др. недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Корни *истода обыкновенного, тонколистного* в виде настоя принимают внутрь как активное отхаркивающее средство при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, особенно при абсцессах в легких и одышке.

Настой: 2—3 чайных ложки корней настаивают 4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Цветки *каштана обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь при заболеваниях сердца и легких, одышке и др. недугах.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

8. Листья *клюквы болотной* в виде чая с медом по вкусу пьют без ограничения при одышке.

9. Траву или все растение *крапивы жгучей* в виде на-

стоя принимают внутрь при коклюше, одышке как отхаркивающее средство.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. *Лиственничную губку, трутовик или агарикус* в виде настоя принимают внутрь при изнурительных ночных потах у туберкулезных больных с одышкой и лихорадочном состоянии.

Настой: 1—2 чайные ложки грибов в измельченном виде настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и выпивают с медом по вкусу на ночь 2/3—1 стакан настоя.

11. Траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя принимают внутрь при сердечных заболеваниях с одышкой, обмороками и др. недугами.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Свежеприготовленный сок из корнеплодов *лука репчатого* смешивают 1 : 1 с медом и принимают по 1—2 чайных ложки смеси 3—4 раза в день до еды при кашле, одышке, для улучшения отхаркивания мокроты.

13. Все растение (траву и корни) *первоцвета весеннего (примулы)* в виде настоя принимают внутрь как более активное отхаркивающее средство при кашле, коклюше, одышке и болях в груди.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. При заболеваниях дыхательных путей, в том числе и запущенной форме туберкулеза легких с одышкой и др. недугами, хорошие результаты лечения дает 15%-ное *прополисное масло*. В зависимости от тяжести и формы заболевания лечение иногда бывает продолжительным, от 4 до 10 месяцев, но непременно с положительным результатом.

Приготовление прополисного масла см. в разделе «Легкие», № 39, принимают его взрослые и дети по 1—2 чайных ложки 3—5 раз в день до еды, лучше с теплым молоком и медом.

15. Траву и корни *синеголовника полевого* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее и успокаивающее кашель средство при кашле, одышке и др. недугах.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

16. Цветки *сирени обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях, кашле, коклюше, одышке и др. недугах.

Настой: ст. ложку цветков настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Траву *сушеницы болотной* в виде настойки принимают внутрь при абсцессе, кавернозном туберкулезе легких.

Настойка: 15%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2—1 чайной ложке настойки на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды.

18. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя принимают внутрь в качестве бактерицидного, антисептического, отхаркивающего и успокаивающего кашель средства при сухом и спастическом кашле, одышке и мн. др. недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—5 раз в день до еды.

19. Плоды (ягоды) черного цвета *тутовника обыкновенного (шелковицы)* в виде сока или настоя из них принимают внутрь при сердечной недостаточности с одышкой и др. недугах.

Назначают по 200—350 г свежих ягод 4—5 раз в день и получают превосходный лечебный эффект.

20. Траву и семена *укропа огородного* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при одышке и др. недугах.

Настой: 2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. В 400 г перетертого сочного *чеснока* добавляют свежавыжатый сок из 24 *лимонов*, настаивают 25 дней в бан-

ке, закрытой простой тряпочкой. После настаивания фильтруют и принимают (перед каждым приемом взбалтывая) по 1 чайной ложке этой смеси, хорошо размешанной, с 1/2 стакана теплого молока или кипятка перед сном, один раз в день, на 10—14-й день регулярного приема человек почувствует исчезновение одышки, чувства усталости. Он будет награжден спокойным сном.

Противопоказана смесь при гиперацидных гастритах.

22. 1 л центробежного меда, свежеприготовленный сок из 10 лимонов, 10 полных головок чеснока, измельченных на мясорубке, или выжатый сок из них (последнее лучше). Сбор тщательно смешивают в слегка подогретом меде. Настаивается 7—10 дней в закрытой тряпочкой банке. Принимают медленно (как бы посасывая) по 4 чайных ложки смеси поочередно один раз в день, не торопясь, одну ложечку смеси за другой. Принимать следует (если нет противопоказаний к приему — гиперацидные гастриты и др.) ежедневно, без перерыва, при одышке, сердечной недостаточности и заболеваниях, истощающих организм, — хорошая рекомендация для любого возраста.

23. Травы багульника — 25 г, травы крапивы жгучей — 15 г.

Настой: весь сбор настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 5—6 раз в день при мучительном кашле, одышке, простудных и др. заболеваниях.

24. Цветков с прицветниками липы — 25 г, травы тимьяна (чабреца) — 25 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 23.

25. Корня алтея — 20 г, травы багульника — 10 г, листьев мать-и-мачехи — 20 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день как отхаркивающее средство.

26. Цветков бузины черной, травы горца птичьего, листьев мать-и-мачехи — поровну.

Настой: готовят как чай, пьют без ограничений с медом по вкусу при воспалении легких, запущенном бронхите, плеврите и др. заболеваниях.

27. Корня *алтея* — 40 г, цветков *коровяка* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, корневищ *солодки* — 15 г, плодов *фенхеля* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при кашле, одышке и др. заболеваниях.

28. Плодов *аниса* — 20 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры *ивы* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 10 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 27.

29. Травы *багульника* — 5 г, травы *вероники* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, листьев *подорожника* — 20 г, соцветий *ромашки аптечной* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 27.

30. Корня *алтея* — 20 г, листьев *подорожника большого* — 20 г, почек *сосны лесной* — 15 г, почек *тополя* — 15 г, плодов *шиповника* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при кашле, одышке и др. недугах.

✚ **ОЖИРЕНИЕ** — избыточное накопление жира в организме, отложение его в подкожной клетчатке, сальнике, др. тканях и органах. В основе ожирения лежит нарушение обмена веществ. Чаще всего оно обусловлено систематическим перееданием. Лечение ожирения достаточно продолжительно, но может быть ускоренным, если больной в своем желании быть здоровым упорен, терпелив и настойчив.

1. Траву *горца птичьего (спорыша)* в виде настоя принимают внутрь при нарушении обмена веществ, в том числе и ожирении.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Плоды *дыни обыкновенной* рекомендуются в диетотерапии при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и ожирении. Едят их без ограничения.

3. Все растение *земляники лесной* в виде настоя, а плоды в свежем виде принимают внутрь при заболеваниях, связанных с нарушением обмена веществ, в том числе и ожирении.

Плоды в свежем виде желательно больному самому собирать и есть без ограничений.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. 5%-ную настойку *йода* в виде смеси принимают внутрь и в чистом виде используют наружно как один из лучших и доступных катализаторов окисления в организме при ожирении, заболеваниях щитовидной железы и отсутствии доступного йода в пище.

Применение йода: при весе тела до 65 кг принимают 1 каплю йода, размешав ее со стаканом фруктового сока или чая, 1 раз в сутки, в понедельник и четверг каждую неделю, при весе тела более 65 кг дозу увеличивают до 2 капель и принимают так же, одновременно смазывают небольшой участок тела (область железы) настойкой йода.

Прием смеси: 1—2 чайных ложки яблочного уксуса смешивают со стаканом фруктового сока или теплой кипяченой воды, добавляют из капельницы 1 крупную каплю йода, размешивают и выпивают за день глотками во время еды, запивая чаем или молоком.

5. *Капусту огородную* или сок из нее принимают в любом виде и без ограничения при мн. заболеваниях, в том числе для лечения и профилактики ожирения.

6. Плоды *крыжовника обыкновенного* рекомендуются детям и пожилым людям в свежем виде и без ограничения при нарушении обмена веществ и ожирении.

Настой: 2 ст. ложки измельченных сухих плодов на-

стаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Пластинчатую часть *слоевища ламинарии (морской капусты)* принимают внутрь как эффективное средство при заболеваниях щитовидной железы, зобе и ожирении.

Применение: продаваемую в аптеке крупку *морской капусты* принимают по чайной ложке 2—3 раза в день с супом или чаем. Для профилактики эндемического заболевания достаточно принимать по 1/2 чайной ложки порошка этой капусты 2 раза в неделю.

Противопоказаны препараты ламинарии при туберкулезе легких, нефрите, фурункулезе и др. недугах.

8. Свежие корни *сельдерея пахучего* в виде сока или листьев в диетотерапии используются для профилактики и лечения ожирения.

Свежеприготовленный сок из корней принимают по 1—2 чайных ложки 2—3 раза в день до еды.

Настой: ст. ложку измельченных корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Плоды (ягоды), лучше черного цвета, *тутового дерева (шелковицы)* или сок из них принимают без ограничения, а молодые листочки и кору молодых корней в виде настоя или порошка принимают внутрь при сердечных заболеваниях, диабете и ожирении.

Свежие плоды или сок из них (лучше, если больной сам будет собирать плоды и готовить сок) принимают по желанию или по стакану 3 раза в день до еды.

Порошок из листьев или коры применяют для посыпки пищи (щепотку 3 раза в день) при диабете и других заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

10. *Яблочный уксус* (лучше собственного приготовления — гарантия чистоты и качества) в виде смесей, регулярно принимаемый внутрь, способствует восстановлению обменных процессов в организме, ограничивает аппетит, «сжигает» жир, уменьшая тем самым его отложение и вес тела. Этот метод лечения довольно прост и эффективен.

Если у человека животик, он может избавиться от него при таком методе лечения через 1—2 года.

Принимают уксус по 1—2 чайных ложки 3—5 раз в день за каждой едой или в промежутках между приемами пищи, смешав его со стаканом теплой кипяченой воды или фруктового сока, ежедневно и без перерыва.

Положительные результаты лечения больной заметит через 1—2 месяца регулярного приема уксуса.

11. Диета для похудения. Больного в течение 2—3-х дней в неделю (лучше постоянно) переводят на вегетарианскую пищу с минимальной термообработкой без ограничения. Для ускорения избавления от лишнего веса ежедневно в процессе этого метода лечения ему следует принимать и раствор *яблочного уксуса*, как рекомендовано в № 10 этого раздела.

Такая диета достаточно быстро поможет избавиться от лишнего веса и устранил мн. недуги в организме.

12. Плодов аниса обыкновенного, травы аврана, травы дымянки, корней мыльнянки, корневищ солодки — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1/2 стакана настоя утром и на ночь до еды при ожирении. При этом необходимо соблюдать целенаправленный диетический режим.

13. Корня валерианы — 40 г, цветков *ландыша* — 10 г, листьев *мяты перечной* — 30 г, соцветий *ромашки аптечной* — 10 г, плодов *фенхеля* — 20 г.

Настой: 1—2 чайных ложки сбора настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды при нервных расстройствах, сердечном неврозе и сочетании с нарушением пищеварения и бессонницей.

14. При комплексе заболеваний, связанных с нарушением обменных процессов в организме, и ожирении, когда вышеизложенные рекомендации не дают результата, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной чистки, результативность всех препаратов повысится во много раз, а исцеление ускорится.

15. При комплексе заболеваний, связанных с нарушением обменных процессов в организме, в том числе и ожирении, когда мн. рекомендации для больного неприемлемы, рекомендуем *уринолечение*, достаточно быстро исцеляющую весь организм.

После очистки кишечника (хуже без таковой) больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по $2/3-1$ стакану 3—5 раз в день его мочи, а при необходимости и отстоянной воды. Регулярный прием мочи снижает аппетит и восстанавливает обмен веществ во всем организме. Голодание само по себе — дополнительная очистка желудочно-кишечного тракта и др. органов.

Если продолжительное голодание больному противопоказано, то его переводят на частичное, т. е. допускается кормить его один раз в день пищей растительного происхождения в виде овоще-фруктовой смеси, в небольших порциях, но с обязательным приемом его мочи (как указано выше) внутрь, лучше до еды. Время такой голодной терапии варьирует в зависимости от тяжести заболевания, ее проводят до полного исцеления, примерно 3—10 недель, и с прекрасным результатом.

✚ **ОЖОГ, ОЖГОВАЯ БОЛЕЗНЬ (гипертермия)** — патологическое повреждение тканей организма в результате местного воздействия высокой температуры, агрессивных химических веществ, электрического тока или ионизирующего излучения. В оценке тяжести ожога большое значение имеет площадь пораженной ожогом поверхности тела, различают 4 степени ожогов. I степень — возникает покраснение кожи, II степень — появление волдырей, III степень — образуется некроз кожи на всю глубину, IV степень — очень тяжелая травма, характеризующаяся обугливанием кожи.

1. Свежеприготовленный сок из листьев *алоэ древовидного* используют наружно при ожогах, сопровождающихся болями.

Сок наносят на пораженную поверхность мягкой кисточкой.

2. Семена из плодов *аниса обыкновенного* в виде порошка используют для лечения ожогов.

Порошок из семян смешивают 1 : 3 с яичным белком и мягкой кисточкой наносят смесь на пораженную ожогом поверхность.

3. Цветки *вереска обыкновенного* в виде порошка для мази используют наружно при ожогах.

Порошок смешивают 1 : 3 с разогретым (несоленным) свиным жиром и применяют наружно.

4. Траву *вероники лекарственной* в виде мази используют наружно при ожогах солнечными лучами.

Мазь: 20%-ная на подсолнечном масле.

5. Кору *вяза гладкого* в виде настоя на кипятке или растительном масле используют наружно как противовоспалительное средство при ожогах.

Настой: 20%-ный на любой основе (кипятке или подсолнечном масле).

6. Желтковое масло из *куриных оплодотворенных яиц* используют наружно при ожогах и болях, вызванных ими.

Приготовление и применение масла: желтки от сваренных вкрутую яиц разрезают на толстые ломтики или пополам и на совершенно чистой сковороде на слабом огне, жарят до появления красноватой маслянистой жидкости. Собирают эту жидкость и смазывают ею обожженные места. После каждой смазки боль будет утихать, потом появится снова; опять смазывайте после каждого появления боли и через некоторое время боли совсем утихнут.

7. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде масляного извлечения используют наружно при воспалительных процессах на коже, связанных с ожогом.

Масло: 20%-ное из порошка травы, настаивают максимум времени. Марлю, пропитанную этим маслом, прикладывают к ожогам и раздражениям.

8. Соцветия *календулы* в виде настоя используют наружно как достаточно сильное антисептическое средство при лечении ожогов, обморожений и ран.

Настой: 1—2 ст. ложки соцветий настаивают 2 часа в стакане кипятка и используют наружно в виде орошений.

9. Свежеприготовленный сок *картофеля обыкновенного* используют как противовоспалительное средство при любых ожогах.

Сок или перетертую картофельную массу накладывают на сложенную в несколько слоев марлевую салфетку толщиной в 1 мм и фиксируют к пораженному участку кожи. Через 1,5—2 часа картофельную массу осторожно снимают шпателем и заменяют новой.

10. Свежеприготовленный сок *картофеля* смешивают 1 : 5 с медом и прикладывают к пораженному участку кожи как противовоспалительное средство при ожогах.

Смесь: в стакан добавляют путем промешивания 1—2 ст. ложки подогретого меда и применяют, как в № 9.

11. Все растение (листья и корни) *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при ожогах и ранах как средство, способное ускорять регенерацию поврежденных тканей.

Настой: 3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды; наружно настой используют для орошений и примочек.

12. Свежеперетертые листья *лилии кудреватой* прикладывают к ожогам для уменьшения воспаления.

13. Корень *лопуха большого* в виде мази используют наружно как более эффективное средство при ожогах всех степеней.

Мазь: 4 ст. ложки порошка из корня или сгущенного путем варки свежеперетертого корня смешивают в 4 частях прогретого сливочного (несоленого) масла и смазывают пораженные ожогом участки тела.

14. Мед в чистом виде или с компонентами в виде мажевой повязки дает положительный результат лечения при ожогах I, II, III степени.

Смеси: мед — 80%, вода — 20%; мед 80%, рыбий жир — 20%; мед — 80%, масло сливочное (несоленное) — 20%; смешивают путем прогрева жиров, промешивая до полного остывания.

15. Почки *осины обыкновенной* в виде мази используют наружно при ожогах.

Мазь 1: 1 часть порошка из почек кипятят 30 минут в 2 частях подсолнечного масла, настаивают 2—3 недели, иногда кипятят 30 минут.

Мазь 2: 1 часть порошка из почек томят в духовке час в 2 частях растопленного свиного смальца, промешивают до полного остывания.

16. Почки *осокоря (тополя черного)* в виде мази используют наружно как смягчительное, охлаждающее, болеутоляющее и ранозаживляющее средство при ожогах.

Приготовление мази — см. № 15.

17. 10—15%-ную *прополисную мазь* на любой жировой основе с успехом используют при ожогах всех степеней, даже при ожогах 75% поверхности тела. Эта мазь обладает выраженным обезболивающим действием, стимулирует рост грануляций и способствует улучшению периферической эпителизации. Снятие повязок с этой мазью менее болезненно, чем с др. препаратами. Они не прилипают к ране и не травмируют грануляций.

Приготовление мази: 1 кг сливочного (несоленого) масла или животного жира в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячую основу 100—150 г очищенного и перетертого через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре +80° и до полного остывания.

18. Траву *просвирника низкого (калачика)* в виде мази используют наружно при ожогах и др. кожных заболеваниях.

Мазь: 25%-ная на любой жировой основе.

19. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя используют наружно в виде орошений или примочек на ожоги, вызванные рентгеновскими лучами.

Настой, максимальный по концентрации, настаивают 2 часа.

20. Плоды *софоры японской* в виде мази или настойки используют наружно при ожогах и рубцах, вызванных ими.

Мазь: 25%-ная из порошка плодов на любой жировой

основе, применяют для смазывания пораженного ожогом участка кожи.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, используют для примочек.

21. Траву *сушеницы болотной* в виде масляных настоев используют наружно при разного вида ожогах, в том числе и рентгеновскими лучами.

Настой: 1—2 ст. ложки порошка из травы настаивают 10 дней в стакане подсолнечного масла, периодически взбалтывая, используют как примочку или повязку. Мазь можно готовить и на меду.

22. Свежеперетертой мякотью *тыквы столовой* обкладывают воспаленные ожогом участки кожи. Результат лечения всегда бывает хорошим.

23. *Яблочным уксусом* (лучше домашнего приготовления) с помощью мягкой кисточки или марли увлажняют пораженную поверхность кожи при сильных болях, вызванных ожогами, и боль утихает.

24. Траву или все растение (с корнем) *чистотела* в виде сока из свежего растения или масляного настоя используют для смазывания пораженного участка кожи при всех видах ожогов (кипятком, молоком, огнем, паром или химическими веществами) как обезболивающее и регенеративное средство.

Приготовление сока: траву или все растение (с корнем и стручками) обмывают, пропускают через мясорубку или соковыжималку. Эту темно-зеленую массу процеживают и отжимают сок, выливают в бутылку темного цвета и хранят в темном прохладном месте. Им можно пользоваться сразу, обильно пятикратно смазывая обожженные места.

25. Орешки из плодов *шиповника обыкновенного* в виде масла используют наружно при лучевых и др. ожогах для легкого втирания на пораженный участок кожи как болеутоляющее и регенеративное средство.

При отсутствии масляной выгонки, в домашних условиях с последующим выпариванием спирта в подсолнечном или сливочном масле.

26. *Парафин* — 50 г, *пчелиный воск* — 50 г, *подсолнечное масло* — 25 г.

Смесь: сбор кипятят, промешивая до образования однородной массы. Этой теплой смесью смазывают салынный ожог. Более активное обезболивающее средство.

27. Соцветий *календулы* — 10 г, почек *тополя* — 20 г, травы *чистотела* — 20 г.

Порошок из сбора настаивают 10 дней в 100—150 мл подсолнечного масла, периодически взбалтывая, и используют для орошения или смазывания повязок при ожогах и труднозаживающих ранах.

28. Травы *зверобоя* — 20 г, травы *сушеницы болотной* — 20 г, плодов *софоры японской* — 10 г.

Порошок из сбора настаивают 10 дней в 100—150 мл подсолнечного масла, периодически взбалтывая, и смазывают пораженные ожогом места как обезболивающее и регенеративное средство.

29. Мед *пчелиный* — 100 г, 15%-ное *прополисное масло* — 100 г. Путем промешивания и прогрева компонентов создают однородную массу и смазывают ею пораженные участки кожи при ожогах; обезболивающее и регенеративное средство.

30. Травы *зверобоя обыкновенного* — 10 г, почек *тополя* — 30 г, меда — 100 г, *яблочного уксуса* — 50 мл.

Порошок из травы и почек смешивают с яблочным уксусом, добавляют слегка подогретого меда и путем промешивания создают однородную массу, которой орошают или делают повязку на поврежденные ожогом участки кожи; обезболивающее и ранозаживляющее средство.

❖ **ОПУХОЛИ (наросты) МЕХАНИЧЕСКИЕ** — избыточное разрастание тканей, состоящее из изменившихся и отвердевших клеток, утративших свою обычную функцию, в связи с механическими усилиями, нарушением обменных процессов в организме и др. недугами, т. е. попытка организма защитить опухшее место от давления.

1. Клубни *аконита (борца ядовитого)* в виде мази для втирания используют при опухолях и болях в суставах, связанных с подагрой, ревматизмом и др. заболеваниями.

Мазь: 20%-ная на любой жировой основе.

Крайняя осторожность! Ядовито!

2. Семена и листья *белены черной* в виде масляного настоя или настойки используют для втирания как обезбаливающее средство при опухолях, ушибах и подагре.

Настой, настойка: 20—30%-ная на подсолнечном масле или 70°-ном спирте, настаивают, периодически взбалтывая, 10 дней.

3. Цветущую траву *вереска обыкновенного* измельчают в кипятке и прикладывают к ушибленным местам травмированных костей и опухолям.

Траву измельчают, кипятят 5—10 минут и в теплом виде прикладывают.

4. *Водоросли нитчатые* (*улотрикс*, *кладофора* или *спи-рогира*), *речную тину* в свежем и сухом виде используют наружно для прикладывания к опухолям, воспаленным и ушибленным местам.

Измельченная тина настаивается час в кипятке максимальной концентрации или в 40°-ном спирте и закрепляется на больное место.

5. Траву *герани лесной* (*луговой*), распаренную в кипятке, используют наружно для рассасывания опухолей и выведения мозолей.

6. Корневища с корнями *дягиля обыкновенного* в виде настойки используют для втирания на больное место при опухолях подагрического и ревматоидного происхождения в суставах.

Настойка: 30%-ная на 70°-ном спирте.

7. Траву *клевера ползучего* (*белого*) в виде настоя для ванн используют при опухолях в суставах подагрического или ревматоидного происхождения.

Настой: 20%-ный, в горячем виде (без обжигания) делают 20-минутные ванны, после обтирания суставов их смазывают мазью из белены, окопника или считка.

8. Корневища и корни *купены лекарственной* в виде теплого настоя используют для компрессов при опухолях, ушибах и болях в суставах.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 4 часа в 0,5 л кипятка, подогревают.

9. *Лимон обыкновенный* в виде повязки используют наружно для рассасывания опухолей и мозолей.

Для этого растирают одним из рекомендованных настоев больное место, вытирают, прикладывают свежий срез лимона с коркой небольшими ломтиками и закрепляют.

10. Корень *лабазника вязолистного (таволги вязолистной)* в виде мази используют для втирания на суставы, пораженные опухолью ревматоидного происхождения.

Мазь: 1 часть порошка из корня смешивают с 5 частями прогретого сливочного масла.

11. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь при опухолях в суставах подагрического и ревматоидного происхождения.

Настой: 4—5 ст. ложек корня настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Корень *опонника* в виде мази используют для втирания при опухолях, сильных ушибах и травмах костей.

Мазь: свежеперетертый корень смешивают 1:1 с разогретым свиным или гусиным жиром, промешивают до полного остывания и натирают больные места.

13. Траву *очитка едкого* в виде мази используют для втирания при опухолях, ушибах и травмах костей.

Мазь: порошок из травы смешивают 1:2 с разогретым свиным или гусиным жиром, промешивают до полного остывания и натирают больные места.

14. Свежеистолченные листья *полыни горькой* (особенно майского сбора) используют наружно в виде припарок или повязок как более эффективное болеутоляющее средство при опухолях, сильных ушибах и вывихах.

Траву мелко измельчают, ошпаривают кипятком и делают припарки, повязки или компрессы.

15. Траву *полыни метельчатой* в виде припарок используют при опухолях, ушибах и вывихах.

Применяют — как в № 14.

16. Соцветия *ромашки аптечной* в виде настоя используют для компрессов и ванн при опухолях рук и ног, подагре и ревматизме.

Настой: 200 г соцветий на ведро кипятка, настаивают 2—3 часа.

17. Свежеперетертую траву *сабельника болотного* используют наружно в виде компрессов или повязок на различные опухоли, особенно опухоли желез.

Применение — см. № 14.

18. Корень *сельдерея пахучего* в виде свежеприготовленной массы или сока используют наружно для примочек или повязок при опухолях любого происхождения, ушибах и вывихах как противовоспалительное и болеутоляющее средство.

19. Листья *скупии коггигрия (париковое дерево)* или *скупии кожевенной* в виде настоя используют наружно при опухолях ног вследствие обморожения.

Настой: 5—6 ст. ложек листьев настаивают 3—4 часа в литре кипятка, подогревают и делают компрессы на больное место.

20. Корень *тамуса обыкновенного (адамов корень)* в виде настойки используют для втирания на больные места при опухолях в суставах, связанных с подагрой или ревматизмом.

Настойка: 20—30%-ная на 70°—40°-ном спирте.

✚ **ОТЕКИ** — избыточное скопление жидкости в полостях организма. Чаше наблюдается в подкожной жировой клетчатке, плевральной или брюшной полости, околосердечной сумке, мошонке и конечностях. Для отеков характерно увеличение объемов, изменение форм органов и частей тела.

1. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде настоя принимают внутрь при водянке сердечного происхождения, сердечных неврозах и недостаточности.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды; или через каждые 2 часа при отеках ног.

2. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при отеках сердечного и почечного происхождения.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Листья *березы белой* в виде настоя принимают внутрь при отеках почечного происхождения.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Цветущие ветки *вереска обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при отеках ног вследствие заболевания почек и сердца.

Настой: 3 чайные ложки измельченных веток настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

5. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при водянке.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Верхушки веток с цветками *дрока красильного* в виде настоя принимают внутрь как достаточно сильное мочегонное средство при отеках почечного и сердечного происхождения.

Настой: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, или каждые 2 часа, но (во избежание раздражения желудочно-кишечного тракта) — через день, лучше до еды.

7. Траву *зимолюбки зонтичной* в виде настоя принимают внутрь при отеках сердечного происхождения, заболеваниях почек и катаре мочевого пузыря.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки или по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Траву *золотарника обыкновенного (золотая розга)* в

виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках, водянке.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Корневища *касатика водяного (золотисто-желтого)* в виде порошка или настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках.

Порошок принимают по 1—2 г (на кончике ножа) 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: 2 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 1,5—2 часа.

10. *Кукурузные рыльца* в виде настоя с медом принимают внутрь при отеках сердечного происхождения как активное мочегонное средство.

Настой: 1—2 ст. ложки рылец настаивают 2—3 часа в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют 1—2 ст. ложки меда, размешивают и принимают по 1—3 ст. ложки сладкого настоя через 2—3 часа.

11. Листья и корни *купыря лесного* в виде настоя принимают внутрь при отеках различного происхождения и заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Траву *лабазника вязолистного* в виде настоя принимают внутрь при отеках как сильное мочегонное средство.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

13. Траву *ортосифона (почечный чай)* в виде настоя принимают внутрь при отеках любого происхождения как мочегонное средство.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Корень *петрушки огородной* в виде настоя принимают внутрь при отеках сердечного происхождения и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

15. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервных и сердечных заболеваниях и отеках сердечного происхождения.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

16. *Ряску маленькую* в виде настойки принимают внутрь при отеках нервного происхождения и др. недугах.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, принимают по ст. ложке настойки 3—4 раза в день до еды.

17. Траву и корни *седача обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках, локализованных в брюшной области и в нижних конечностях.

Настой: 2—3 чайные ложки сырья настаивают 8 часов или ночь в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды или все за день глотками.

18. Траву и корни *синеголовника полевого* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при отеках, водянке и мн. др. недугах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

19. Черенки (плодоножки) *тыквы столовой* в виде порошка или отвара принимают внутрь как мочегонное средство при отеках сердечного и почечного происхождения (разных формах водянки).

Порошок принимают по чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Отвар: 1—3 измельченных черенка (15—20 г) кипятят 15 минут в 2 стаканах воды и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

20. Листья (траву) *якорцев стелющихся* в виде отвара принимают внутрь при отеках различного происхождения и как общеукрепляющее средство при различных недугах.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 30 минут в стакане воды, настаивают час, фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка!

21. При любых отеках сердечного происхождения, когда мн. рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, следует ограничить (свести на нет) все жидкости, кроме рекомендованных выше, а также провести курс инъекций собственной стерилизованной мочи по 2—3 мл (детям, соответственно возрасту, — по 0,3—0,5 мл) 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции достаточно быстро устраняют отеки и заболевания.

✚ ОТИТ — заболевания ушей.

1. Листья или семена *белены черной* в виде масла закапывают в уши при болях среднего уха.

Масло: 15—30 г порошка из сырья настаивают 8—10 дней в 100 мл теплого растительного масла или варят 5—10 минут, настаивают час и в теплом виде закапывают. Для этого кладут голову больного ухом вверх, оттягивают ухо вверх и назад, чтобы способствовать распрямлению ушного прохода, и капают из пипетки нужное количество масла. Помотайте головой, чтобы масло легче достигло дна. При необходимости слить его наклоните голову в другую сторону.

2. Траву и корни *верблюжьей колючки* в виде настоя вводят в ушной проход и делают компрессы на уши при гнойном отите.

Настой: 20%-ный, в теплом виде закапывают, как в № 1, и делают компрессы.

3. Свежий корень *дудника лесного* в виде сока из него используют для закапывания в уши при сильных болях в них.

Закапывание производят, как в № 1.

4. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде масла используют наружно как противомикробное, обезболивающее и регенеративное средство при болях и повреждениях в ушах.

Масло: ст. ложку порошка из травы настаивают 5—10 дней в 100 мл теплого подсолнечного масла или кипятят 5—10 минут, настаивают час и закапывают в уши. Закапывание производят, как в № 1.

5. Листья *лаврового дерева (лавровый лист)* в виде теплого настоя используют для промывания и закапывания в уши при гнойном выделении из них и частичной потере слуха.

Настой: 2 ст. ложки измельченного листа настаивают 2 часа в стакане кипятка и в теплом виде используют.

6. *Мед* в виде 50%-ного раствора в дистиллированной воде закапывают в больные уши при болях в них и гнойных выделениях.

Раствор закапывают, как в № 1, но в теплом виде.

7. При гнойных заболеваниях среднего уха, болях и гнойных выделениях из ушей используют 25—30%-ную настойку на 70°—40°-ном спирте *прополиса*, которую в теплом виде вводят в слуховое отверстие или пропитывают ею марлевые турундочки и прижимают к барабанной перепонке. Такую процедуру производят 1 раз в сутки, в течение 10—15 дней.

8. Тугоухость исцеляют, используя 30—40%-ную настойку *прополиса* в смеси с *подсолнечным маслом* в концентрации 1 : 4. При взбалтывании смеси образуется однородная масса светло-коричневого цвета с приятным запахом. Перед каждым применением жидкость взбалтывают. Лечение производится путем введения в слуховой проход марлевых турундочек, пропитанных этой смесью.

Детям после 5 лет — ежедневно на ночь на 10—12 ча-

сов (10—14 процедур), взрослым — через день на 36—38 часов (10—12 процедур) при хронических, острых и средних отитах, инфекционных заболеваниях, контузии, атеросклерозе, старческой тугоухости невыясненной этиологии.

9. Почки *тополя обыкновенного (осоко́ря)* в виде масляного или спиртового извлечения используют наружно как достаточно активное обезболивающее и противомикробное средство при сильных болях и нагноениях в ушах.

20%-ную вытяжку из порошка почек закапывают в больное ухо и, закрыв ушное отверстие ваткой, держат около часа 2—3 раза в день.

10. Боли и нагноения в ушах достаточно быстро устраняются с помощью *яблочного уксуса* (желательно домашнего приготовления — гарантия качества его) путем закапывания в больное ухо.

Для этого положите голову больным ухом вверх, влейте полную пипетку уксуса в ушной проход. Помотайте головой, чтобы он достиг и промочил дно прохода, через 5—10 минут наклоном головы в другую сторону слейте его. Уксус достаточно быстро устраняет нагноение, инфекцию в ушах и боли.

При отсутствии яблочного уксуса смешивают столовый уксус с водкой 1 : 1 и используют, как написано выше. Эта смесь убивает грибки и бактерии.

11. Часто при простуде появляется сильная боль в одном, иногда в обоих ушах.

Сворачивают воронкой грубый лист бумаги, узкий конец воронки вставляют в ухо, а широкий конец держат горизонтально с малым уклоном вниз и поджигают, следя за дымом, он должен направляться в ухо. Когда воронка сгорает почти вся, легким ударом руки выбивают остаток горячей воронки. Подобную процедуру при необходимости делают и с другим ухом. Всякая боль и глухота исчезает достаточно быстро.

12. Как извлечь насекомое или камешек из уха. Если в ухе насекомое, камешек или др. твердое тело, то заливают в ухо *беленное, прополисное или подсолнечное* теплое масло.

Затем слабой струей теплой воды из спринцовки промывают ухо, пока камешек не выйдет.

Для извлечения насекомого вливают в ухо капля за каплей беленное, прополисное или (когда нет ни того, ни другого) теплое подсолнечное масло, и насекомое (живое или мертвое) покажется на поверхности. Такие процедуры проводят, когда больной во время лечения лежит ухом вверх.

13. Если ухо «затечет» ушными выделениями, причем без боли притупляется слух, в таких случаях поступают так: из головки корнеплода лука *репчатого* ножом вырезают кубик, расширяют и углубляют отверстие. В это отверстие насыпают чайную ложку порошка из плодов *тмина* и закрывают вынутым из луковицы кубиком. «Фаршированную» таким образом луковицу пекут. Из этой, еще горячей, луковицы выжимают сок. Несколько капель еще теплого сока впускают в канал гнойного (слегка, по возможности, очищенного от гноя) уха и закрывают ваткой. Такую процедуру делают 2 раза в день до исчезновения недомогания.

14. Если вошло насекомое, в ушах сильные боли, следует залить из пипетки в ухо своей мочи, боли прекратятся, а насекомое, живое или мертвое, выплывет.

15. Если рекомендации для больного неприемлемы, а в ушах его нагноение с дурным запахом и болью, больного следует перевести на вегетарианскую пищу. Недуг устраняют путем промывания больных ушей мочой больного, а также максимальным приемом мочи внутрь, особенно утренней.

✦ ОТХАРКИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА

1. Корень *алтея лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при катаральных состояниях органов дыхания как противовоспалительное и отхаркивающее средство.

Настой: 1—2 ст. ложки корней настаивают 4—8 часов в

2 стакана кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Корень *бедренца камнеломкого* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более эффективное отхаркивающее средство при кашле, коклюше и др. недугах.

Настой: ст. ложку корней настаивают 4 часа в стакане теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

3. Траву или корни *горичника лекарственного (русского)* в виде отвара или настойки принимают внутрь как болеутоляющее, простудное и отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 10 минут в стакане кипятка, настаивают час и принимают по 1—2 ст. ложки отвара 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 25 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

4. Корневища с корнями *девясила высокого* в виде порошка или настоя принимают внутрь как дезинфицирующее и отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей (астме, бронхите, коклюше и туберкулезе легких).

Порошок в смеси с медом 1 : 1 принимают по чайной ложке 5 раз в день и на ночь, запивая теплым молоком или чаем.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья парят в духовке ночь в литре теплой кипяченой воды и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Траву *донника лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *живучки мохнатой* в виде настоя принимают внутрь как смягчительное и отхаркивающее средство при простудных заболеваниях дыхательных путей и болях в груди.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки сладкого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Корень *истода обыкновенного* в виде настоя или отвара принимают внутрь как более эффективное отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Настой или отвар: 50%-ный, кипятят 10 минут, настаивают час и принимают по 2—3 ст. ложки препарата через каждые 3—4 часа.

8. Корневища *касатика германского* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее и подавляющее развитие туберкулезных микробактерий средство при катаре дыхательных путей и др. заболеваниях легких.

Настой: 1—2 чайные ложки сухих корневищ настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Траву или все растение *крапивы жгучей* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при одышке и др. недугах дыхательных путей.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Свежеприготовленный сок из корнеплода *лука репчатого* смешивают с медом 1 : 1 и принимают по чайной ложке смеси 3—4 раза в день до еды для улучшения отхаркивания мокроты при кашле и др. недугах.

11. Траву (цветущие корзинки с листьями) *маргаритки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

12. Листья *мать-и-мачехи* в виде настоя принимают

внутри как отхаркивающее и разжижающее мокроту средство при туберкулезе и др. заболеваниях легких.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

13. Мед разводят с теплым молоком, чаем или кипятком произвольно по концентрации и без ограничения (лучше до еды), принимают как противовоспалительное и отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

14. Корневища и корни *мыльнянки лекарственной* в виде настоя принимают внутри как отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Настой: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке настоя 3—4 раза в день после еды.

15. Все растение (траву и корни) *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутри как отхаркивающее средство при заболеваниях легких.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Плоды (семена) *подорожника большого* и др. видов в виде настоя (слизи) принимают внутри как обволакивающее и отхаркивающее средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и легких.

Настой: ст. ложку измельченных плодов настаивают 10 минут в стакане кипятка и принимают, не фильтруя (можно с медом по вкусу), по 2—3 ст. ложки слизи 3—5 раз в день до еды.

17. Корни и траву *синеголовника полевого (посколистного)* в виде настоя или порошка принимают внутри как отхаркивающее и успокаивающее кашель средство при раздражающем кашле и заболеваниях легких.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 4—6 раз в день до еды.

Порошок принимают по 1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды, запивая теплым чаем или кипятком.

18. Корни и корневища *синюхи лазурной (голубой)* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при бронхите, бронхопневмонии, туберкулезе и др. заболеваниях легких.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до или после еды (по показаниям).

19. Траву *синяка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как доступное и более эффективное отхаркивающее и успокаивающее кашель средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 4—5 раз в день до еды.

20. Траву *смолки обыкновенной (клеякой)* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при различных заболеваниях легких.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

21. Смолу *сосны обыкновенной (лесной)* по 5—6 зерен, превращенных в порошок, принимают 2—3 раза в день до еды, запивая теплым молоком, как отхаркивающее средство.

22. Траву *термопсиса ланцетного (пьяная трава)* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как более эффективное отхаркивающее средство при бронхите, сильном кашле и остаточных пневмониях.

Настой: 1—2 чайных ложки травы настаивают 2 часа в стакане теплой кипяченой воды и принимают по ст. ложке настоя 3—5 раз в день, лучше до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

23. Траву *тимьяна ползучего* в виде настоя принимают внутрь как бактерицидное, антисептическое, отхаркивающее и успокаивающее кашель средство при заболеваниях дыхательных путей.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

24. Почki *тополя черного (осоко́ря)* в виде настоя принимают внутрь как бактерицидное, антисептическое и отхаркивающее средство.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки сладкого настоя 3—5 раз в день до еды.

25. Плоды и траву *укропа огородного* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при одышке.

Настой: 2 чайные ложки измельченных плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

26. Корни и листья *фиалки изменчивой* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при коклюше, туберкулезе.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя через каждые 2 часа.

27. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

28. Цветущую надземную часть *курильского чая кустарникового* в виде настоя принимают внутрь как отхаркивающее средство при крупозном воспалении и туберкулезе легких.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

29. Траву *чины луговой* в виде настоя в малых дозах принимают внутрь как более эффективное мягкодействующее отхаркивающее средство при хронических заболеваниях дыхательных путей.

Настой: чайную ложку травы настаивают 1—2 часа в

стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждые 2—3 часа.

Строгая дозировка!

30. Травы *багульника* — 10 г, травы *крапивы жгучей* — 10 г. Сбор заваривают как чай и пьют в горячем виде с медом по вкусу без ограничения как отхаркивающее и антисептическое средство при бронхиальной астме без выраженной эмфиземы легких.

31. Корня *алтея* — 20 г, травы *душицы* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.

32. Листьев *мать-и-мачехи* — 40 г, листьев *подорожника большого* — 30 г, корневищ *солодки голой* — 30 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31.

33. Корня *алтея* — 30 г, травы *душицы* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 20 г, листьев *подорожника большого* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 31.

34. Цветков *гречихи посевной*, цветков *дикого мака*, листьев *мать-и-мачехи*, травы *медуницы*, цветков *просвирника лесного* — поровну.

Настой: 2—5 ст. ложек сбора настаивают 2—3 часа в литре кипятка, фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по стакану теплого настоя 4—5 раз в день, лучше до еды, как отхаркивающее и успокаивающее средство.

35. Плодов *аниса обыкновенного* — 20 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры *ивы* — 10 г, листьев *мать-и-мачехи* — 10 г, плодов *шиповника* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как отхаркивающее средство при заболеваниях дыхательных путей.



❖ **ПАНАРИЦИЙ** — гнойное воспаление тканей пальца, вызываемое инфекцией, проникающей через уколы кожи, трещины, ссадины или порезы.

1. Корень *аира болотного* в виде сгущенного настоя используют для теплых ванн или повязок как антисептическое средство, убивающее микроорганизмы.

2. Из свежих листьев или сока *алоэ древовидного* полезно делать повязки при сыром нарыве (предварительно удалив гной), ранах и язвах.

3. Сок из листьев и стеблей *каланхоэ пестрого* оказывает противовоспалительное действие и способствует заживлению вскрытых нарывов, ран и язв.

Делают повязки из сока на больное место.

4. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде 20—30%-ного настоя или настойки используют для ванночек или повязок как сильное антисептическое средство при лечении панарициев, всевозможных гнойных процессов и ран.

5. Из молодых (клейких) листочков *грецкого ореха* готовят 20—30%-ный настой для ванночек и припарок. Используют также и сок околоплодников (юглон) или настой из них как хорошее антисептическое средство при панарициях и гнойных ранах.

6. Молодую траву *полыни горькой* (лучше майского сбора) в виде сгущенного настоя используют наружно для ванночек, компрессов или повязок как антисептическое и ранозаживляющее средство при панарициях, нарывах и фурункулах.

7. 5—10%-ную настойку прополиса используют для повязок при панарициях, нарывах, ранах и язвах.

8. Траву *сочевичника весеннего (чина весенняя)* в перетертом, свежем виде используют для повязок при ногтевой боли пальцев.

9. Почку *тополя черного (осоко́ра)* в виде 20%-ного извлечения на подсолнечном масле или спирте используют наружно как антисептическое, смягчительное, охлаждающее, болеутоляющее и ранозаживляющее средство.

10. Соцветия и листья *тысячелистника обыкновенного* в виде 20%-ного настоя или настойки используют наружно как достаточно эффективное кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство. При вскрытом нарыве и максимальном удалении гноя рана заживает очень быстро.

❖ **ПАРАЛИЧ ДРОЖАТЕЛЬНЫЙ (болезнь Паркинсона)** — редко наблюдается как самостоятельное заболевание, чаще при атеросклерозе сосудов головного мозга, после перенесенного энцефалита, черепно-мозговой травмы, а также травм спинного мозга и периферических нервов. В последнем случае мышцы становятся дряблыми, парализованная конечность свисает как плеть. При поражении черепно-мозговых нервов могут наступить параличи мышц, лица, гортани, глотки и языка.

1. Корень *аралии маньчжурской (шип-дерево)* в виде настойки принимают внутрь как полный заменитель женьшеня, как тонизирующее средство при нервных и психических заболеваниях, остаточных явлениях после сотрясений и контузий головного мозга, гипотонии и др. недугах.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

2. Траву *астрала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при сердечных и нервных заболеваниях как тонизирующее средство.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

3. *Баклажаны* в диетотерапии принимают в любом виде и без ограничения при атеросклерозе сосудов как средство, снижающее содержание холестерина в крови и стенках сосудов и увеличивающее выведение из организма с мочой солей мочевой кислоты.

4. Траву *барвинка малого* в виде настоя или порошка принимают внутрь при атеросклерозе, спазмах головного мозга и др. недугах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок принимают по 1/2 чайной ложки 3—4 раза в день, запивая теплым молоком, чаем или кипятком.

5. Траву и корни *белладонны (красавки)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при виттовой пляске (лечение больных паркинсонизмом) и др. недугах.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по десертной или ст. ложке настоя 2, реже 3, раза в день после еды.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 5—6 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день при паркинсонизме.

6. Листья, иногда и корни, *болиголова крапчатого* в виде сока из листьев или настоя из корней принимают в малых дозах при судорогах, припадках и эпилепсии, заболеваниях нервного происхождения и сильных болях в желудочно-кишечном тракте.

Свежеприготовленный сок принимают по 2—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Настой: 2—3 г сухих измельченных корней настаивают 3 часа в 1/2 стакана кипятка и принимают по 1/2—1 чайной ложке настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

Строгая дозировка! Ядовито очень!

7. Корни или траву *борщевика рассеченного* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее средство при судорогах различного происхождения.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 8 часов в 2 стака-

нах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Корень *валерианы лекарственной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при ипохондрии, нервном потрясении, истерии и др. недугах нервного происхождения.

Настой: ст. ложку корней настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1—2 ст. (детям по чайной) ложке до 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при головных болях, головокружении, потере памяти и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Все растение (листья, кору и корни) *вороньего глаза четырехлистного* в виде настойки принимают внутрь в малых дозах при головных болях, головокружениях, психических расстройствах, нервных расстройствах и других недугах.

Настойка: 10%-ная на 40°-ном спирте, 2 чайные ложки настойки смешивают со стаканом теплой кипяченой воды и принимают по ст. ложке этой смеси через каждые 2 часа, но не более 1 стакана смеси в течение дня!

11. Траву *горца птичьего (спорыша)* в виде настоя принимают внутрь при нервном истощении как укрепляющее после тяжелой болезни и в пожилом возрасте.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

12. *Гороховая мука* богата глютаминовой кислотой, которая улучшает питание клеток головного мозга, нормализует обмен веществ в нем, лечит атеросклероз.

Принимают порошок из плодов гороха по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

13. Корневища *диоскореи кавказской* в виде порошка принимают внутрь при атеросклерозе с преимущественной локализацией процесса в сосудах головного мозга и сердца.

Порошок из корневищ принимают по 0,1—0,2 г (на кончике ножа, можно в мед) 2—4 раза в день после еды, запивая медовой водой, в течение 10 дней, с последующим перерывом на 4—5 дней, затем лечение повторяют вновь. Лечение проводят в течение 3—4 месяцев.

14. Плоды (семена) *дурмана обыкновенного* в виде настойки в малых дозах принимают внутрь при параличах, спастических болях в желудочно-кишечном тракте, одышке и др. недугах.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Ядовито очень! Строгая дозировка!

15. Траву *душицы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при различного рода нарушениях нервно-психической деятельности организма (общей слабости, душевных расстройствах, обмороках, параличе и др. недугах).

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Траву или корень *дягиля лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее, общеукрепляющее и тонизирующее нервную систему средство при нервном возбуждении, истерии, эпилепсии и бессоннице.

Настой: 2 ст. ложки корня (реже травы) настаивают 2 часа в 2 стаканах теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при сосудистых и травматических нарушениях головного и спинного мозга.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при рассеянном склерозе и паркинсонизме.

18. Траву *змееголовника тимьяноцветкового* в виде настоя принимают внутрь при параличе тройничкового нерва, лицевых парезах и подавленном настроении.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Кору корней *каперсов колючих* в виде настоя или отвара принимают внутрь при слабости нервов, истерии, онемении конечностей, параличе и других недугах.

Настой: ст. ложку коры корней или корней настаивают 2—3 часа или ночь в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: ст. ложку корней кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают час и принимают по 2—3 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

Лечение будет ускоренным, если прием настоя или отвара сочетать с ваннами из корней или плодов каперсов.

20. Все растение *колючника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при нервных и психических заболеваниях (неврозах, параличах, эпилепсии и бессоннице).

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками.

21. Траву с цветками *лаванды настоящей* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее нервную систему средство при неврастении, параличе и др. недугах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

22. Листья *лавра благородного* в виде мази используют для втирания на пораженные параличом конечности.

Масло: 30—40 г порошка из листьев настаивают 1—2 дня в горячей духовке в стакане подсолнечного масла и применяют для втирания.

23. Траву и корни *лапчатки гусиной* или ее семянки в виде настоя принимают внутрь при судорогах различного происхождения, судорогах конечностей.

Настой или отвар: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка (иногда кипятят 5 минут — отвар) и принимают по 1/4 стакана теплого препарата 3—4 раза в день до еды.

Отвар семян на молоке: чайную ложку семян кипя-

тят 10 минут в стакане молока, настаивают час и выпивают (можно с медом по вкусу) в 2 приема как активный препарат при судорогах различного характера.

24. Корневища *папоротника мужского* в виде отвара для ванн используют при судорожных сокращениях мышц ног и ревматизме.

Отвар: 50 г сухого или 100 г свежего корневища кипятят 2—3 часа в 2—3 л воды, температура ванны теплая.

25. Кору или мелкие веточки *княжика сибирского* (*лианы*) в виде настоя используют для ванн при различных параличах, невралгиях.

Настой максимальный по концентрации, настаивают 3—4 часа, подогревают.

26. *Маточное (пчелиное) молочко* в малых дозах принимают подязычно, реже внутрь при пониженном давлении крови, головокружении, физическом и нервном истощении, старческой слабости.

Чистое молочко, 20—30 мг (на кончике ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды.

27. Траву *мелиссы лекарственной* (*лимонная трава*) в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервных потрясениях, головокружениях как средство, успокаивающее нервную систему и благоприятно влияющее на головной мозг, особенно при нервных спазмах его.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 5—6 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

28. Плоды *мордовника шароголового* в виде настоя или настойки принимают внутрь при всех нарушениях функции нервной системы, мышечной атрофии, периферических состояниях с явлениями гипотонии и др. недугах.

1—2%-ный настой или настойку на 70°—40°-ном спирте принимают по 10—20 капель, а при хорошей переносимости — до 30 капель препарата на ст. ложку теплой

кипяченой воды 2 раза в день до еды при всех нарушениях нервной системы.

Строгая дозировка!

29. *Муравьиный спирт* используют для втирания при параличах, невралгиях и ревматизме.

Приготовление спирта: 20—30 г красных или черных муравьев засыпают в бутылочку, заливают 50 мл 96°-ного спирта, закупоривают и настаивают 3 дня, затем добавляют 25 мл теплой кипяченой воды, настаивают в теплом и темном месте еще 2—3 дня. Фильтруют, отжимают муравьев и применяют наружно.

30. Верхнюю часть шляпки (бело-красный пигмент) *мухомора красного* в виде настойки принимают каплями внутрь при множественном склерозе, спазмах сосудов головного мозга и функциональных нарушениях спинного мозга.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—7—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

31. Листья и веточки *омелы белой* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии, головной боли, головокружении.

Настой: ст. ложку сырья настаивают ночь в стакане кипятка и принимают по 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды.

32. Плоды *ореха грецкого* с медом или сами по себе принимают по 100 г ежедневно при атеросклерозе, склерозе сосудов головного мозга.

Листья ореха в виде настоя принимают как вспомогательное средство при вышеперечисленных заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

33. Листья *ортосифона тычиночного* (*почечный чай*) в виде настоя принимают внутрь при склерозе сосудов головного мозга, гипертонии и др. недугах.

Настой: 2—3 чайные ложки листьев настаивают 2—3

часа в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

34. Цветущую траву *пиона уклоняющегося* (*марьяна корня*) в виде настоя принимают внутрь при параличе, эпилепсии и др. нервных заболеваниях.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2/3 или 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды.

35. Траву *портулака огородного* (лучше свежую) в виде настоя полезно принимать при параличах инфекционно-происхождения.

Настой: ст. ложку свежей измельченной травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2/3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

36. *Прополис* в чистом виде или в смеси с компонентами, принимаемый регулярно внутрь, оказывает положительное воздействие на весь организм при паркинсонизме, заболеваниях неизвестной этиологии, дегенеративных и истощающих нервную систему заболеваниях.

Чистый прополис принимают внутрь, продолжительно жуя, по 3—5 г, затем проглатывая, 4—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 15—20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 4 чайных ложки на стакан теплого молока 3—5 раз в день за час до еды.

15—20%-ное прополисное масло (на сливочной основе) принимают по 1 ст. ложке на стакан теплого молока 3—5 раз в день за час до еды или мажут на хлеб и едят без ограничения.

37. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечных и нервных заболеваниях (истерия, судороги, эпилепсия) как успокаивающее нервную систему средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом) по 1—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

38. Траву (верхушки стеблей с цветками) *сердечника лугового* в виде настоя принимают внутрь как противосу-

дорожное средство при нервных судорогах и приступах истерии.

Настой: ст. ложку свежеизмельченной свежей травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

39. Корневища с корнями *синюхи лазурной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более активное успокаивающее нервную систему средство при психических расстройствах, испуге, бессоннице и др. недугах.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

40. Листья *табака обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь по строгой дозировке при судорожных сокращениях мышц, параличе и эпилепсии.

Настой: 0,5 г листьев настаивают час в стакане кипятка и принимают по десертной или ст. ложке (можно с медом по вкусу) 2—3 раза в день до еды.

41. Любой сбор измельченной *травы* или *сена* парят в ванне, яме или др. емкости. Укутывают этой распаренной, горячей (без ожога) массой по пояс больного, парят максимально продолжительно, до остывания массы до температуры его тела. Эту процедуру проводят на ночь при параличе ног, артритах и полиартритах.

11. Корня *валерианы* — 10 г, травы *вереска* — 40 г, травы *пустырника* — 30 г, травы *сушеницы болотной* — 30 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают ночь в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана до еды как достаточно активное седативное средство при расстроенных нервах.

43. Травы *горца птичьего* — 10 г, листьев и веточек *омелы белой* — 15 г, травы *пустырника сердечного* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют

по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при паркинсонизме.

44. Корня *валерианы* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 20 г, листьев *мелиссы* — 15 г, веточек с листьями *омелы* — 15 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 43.

45. При паркинсонизме, судорогах и других нервных заболеваниях, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, рекомендуем *урилотерапию*, достаточно быстро очищающую и исцеляющую весь организм независимо от заболевания и его тяжести при условии полного соблюдения всех ее правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану его мочи 3—5 раз в день и отстоянной воды. Наружно (обязательное условие этой терапии) ему делают продолжительный массаж (натирание) всего тела от шеи до подошв и пальцев ног в течение двух и более часов теплой мочой его 2 раза в день. Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, можно и старую, но подогретую. После массажа на больную конечность ставят продолжительные теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания увлажняют снова, допускается старой, но подогретой мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, состояния организма и др. факторов, примерно 4—8 недель, ее следует применять до полного выздоровления.

Если больной физически сильно истощен и полное голодание ему противопоказано, то допускается давать ему один раз в день овоще-фруктовую пищу с обязательным приемом его мочи внутрь, массажем и компрессами, но даже одноразовое питание удлиняет время такой терапии.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой или соковую, с медом по вкусу, с постепенным переходом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

46. При параличе любых органов (болезнь Паркинсона), когда мн. рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, следует делать инъекции его стерилизованной мочой по 2—3 мл 6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции, особенно при соблюдении полного поста и приеме своей мочи внутрь, намного ускорят действие других препаратов и полное исцеление.

❖ ПЕЧЕНЬ — грязные заболевания.

1. *Арбуз столовый*, используют в лечебном питании при камнях в печени и желчном пузыре как мочегонное средство. Едят без ограничения.

2. Кору корня *баурбариса обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь при хронических заболеваниях печени и желчного пузыря (хроническом гепатите, гепатохолестите, желтухе и желчнокаменной болезни).

Отвар: 1—2 чайные ложки корня кипятят 5 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья *вахты трилистной* в виде настоя принимают внутрь при болезнях печени и желчного пузыря (особенно при желчнокаменной болезни).

Настой: ст. ложку листьев настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают по ст. ложке или по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Верхушки веток с цветками *дроча красильного* в виде настоя принимают внутрь при воспалении печени и желчного пузыря, желтухе и др. недугах.

Настой: чайную ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Траву *дымянки аптечной* в виде настоя принимают внутрь как анальгетическое и спазмолитическое средство при заболеваниях печени и желчных путей, желтухе, желчнокаменной болезни и др. заболеваниях.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Траву *живучки мохнатой* в виде настоя принимают внутрь при камнях в печени и желчном пузыре.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 4—5 раз в день до еды.

7. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при воспалении печени, камнях и песке в печени и в желчном пузыре, желтухе и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени и желчного пузыря как антисептическое и противовоспалительное средство.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

9. *Кукурузные рыльца* (волос) в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени и желчных путей (болезнь Боткина, острые и воспалительные процессы в печени и желчном пузыре).

Настой: ст. ложку измельченных рылец настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Корневища без корней, траву *лапчатки прямостоячей* (*калган*, *узик*) в виде отвара принимают внутрь при остро протекающем воспалении печени, остром гепатите, циррозе печени в отечноасцитической стадии и др. недугах.

Отвар 1: 2 г корневищ и 5 г травы кипятят 15 минут в 250 мл воды, настаивают 2 часа и принимают по 50 мл отвара с медом по вкусу 3—4 раза в день до еды.

Отвар 2: 2 г корневищ и 10 г травы кипятят в закрытой посуде в 2 стаканах воды, настаивают 2 часа и принимают (можно с медом по вкусу) по 50—100 мл отвара 3—4 раза в день за 2 часа до еды. Одновременно ограничивается прием жидкости до 500—600 мл в сутки, соли — до 3—4 г в сутки при циррозе печени в отечноасцитической стадии.

11. Траву *льнянки обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени с желтухой как желчегонное и нежное слабительное средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

12. При дегенеративных заболеваниях печени, гепатите, инфекционной желтухе и мн. др. заболеваниях печени широко используется *мед*. Применяют мед по 60—100 г в сутки, деля на несколько порций — лучше с яблочным соком или яблочным уксусом, особенно собственного приготовления — гарантия чистоты и качества.

Применение: стакан теплого меда смешивают с 2—3 чайными ложками яблочного уксуса и принимают по ст. ложке смеси 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой, до еды.

Ст. ложку меда смешивают с $1/2$ — $2/3$ стакана яблочного сока и выпивают все утром и вечером до еды.

Такие смеси назначаются потому, что в кислой среде противомикробные вещества оказывают более активное действие.

13. Листья и корни *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь при хронических заболеваниях печени (желтухе, желчекаменной болезни) и как желчегонное средство.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по $1/4$ стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Траву *очного цвета пашенного (куриная слепота)* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, в частности при увеличении ее, и желтухе.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $2/3$ ста-

кана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, не более 3 стаканов в день.

15. Траву *пастушьей сумки* в виде настоя принимают внутрь при коликах и застоях в крови, как желчегонное средство при камнях в желчном пузыре.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Соцветия *пижмы обыкновенной* в виде настоя или порошка принимают внутрь при заболеваниях печени (гепатиты, ангиохолиты) как противовоспалительное, противомикробное и желчегонное средство.

Настой: ст. ложку препарата настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок с медом 1 : 2 принимают по 1/2 чайной ложки 3 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

17. Траву и споры *плауна булавовидного* в виде отвара принимают внутрь при циррозе и опухании печени, желтухе и др. ее недугах.

Отвар: чайную ложку спор кипятят 15 минут в стакане воды и принимают по ст. ложке (не фильтруя — со спорами) отвара через каждые 1—2 часа.

18. Листья *плюща кавказского* (реже кору и семена) в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и противомикробное средство при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настой: 1/2—1 чайную ложку листьев настаивают 8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка!

19. Семена *расторопши пятнистой (остро-пестро)* в виде отвара и порошка принимают внутрь при гепатите, циррозе, токсических поражениях печени, воспалении ее и желчных протоков, вызванных желтухой, желчными камнями и песком.

Отвар: 2 ст. ложки измельченных семян кипятят в 0,5 л воды, пока не останется половина жидкости, и принима-

ют (можно с медом по вкусу) по 1 ст. ложке отвара через каждый час при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Порошок принимают по 1/2 чайной ложки 4—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

20. Траву *репешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное, противомикробное, противоопухолевое и способствующее регулированию функции печени средство при хронических ее заболеваниях (гепатиты, цирроз, камни в печени и желчном пузыре).

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

21. Траву и корни *седача обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени, желчного пузыря и селезенки как противовоспалительное средство.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 2—3 часа в стакане теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

22. Корень *хрена обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное лечебное средство при гепатитах, болезни Боткина, сопровождающейся желтухой, и гипацидных гастритах.

Настой: 250 г свежеретертого корня настаивают 24 часа в литре теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды. Курс лечения — 1—2 недели.

Препараты хрена противопоказаны при гиперацидных гастритах, нефрите и энтероколите.

23. Корень *цикория дикого* в виде настоя принимают внутрь как бактерицидное и болеутоляющее средство при заболеваниях печени, желчного пузыря, особенно при камнях в них, и желтухе.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

24. Траву *чистотела большого* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях печени и желчного пузыря

как болеутоляющее средство (гепатите, желтухе, камнях и песке в них).

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

25. Травы *полыни горькой* — 1 чайную ложку, листьев *шалфея* — 5 чайных ложек. Сбор в виде порошка по 0,2—0,5 г (по щепотке) принимают 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой, при гипофункции печени и др. ее недугах.

26. Соцветий *бессмертника*, травы *живокости полевой*, травы *льнянки* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 3—4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при болях и опухолках в печени с рвотой и др. недугах.

27. Соцветий *бессмертника песчаного* — 30 г, травы *зверобоя обыкновенного* — 20 г, коры *крушины ломкой* — 20 г.

Настой: 4 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды при заболеваниях печени и страданиях запором.

28. Травы *адониса весеннего* — 20 г, травы *тысячелистника обыкновенного* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, травы *чистотела большого* — 40 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при гепатитах с нарушением кровообращения и отеками. При отеках пьют по стакану теплого настоя 2 раза в день до еды.

29. При циррозе и др. тяжелых заболеваниях печени, когда мн. рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

30. При циррозе печени (прогрессирующее разрушение ее клеток) и др. тяжелых ее заболеваниях, когда выше-

описанные рекомендации для больного неприемлемы, а тяжесть недуга велика, даем еще рекомендацию.

Больного переводят на продолжительное полное голодание с приемом внутрь только по $2/3$ —1 стакану 3—5 раз в день собственной мочи и отстоянной воды. Следует помнить, что даже продолжительное голодание с приемом мочи внутрь еще никому не принесло вреда!

Зато приносило при тяжелых недугах полное выздоровление. Наружно (обязательное правило этой терапии) на область груди, печени и живота делают продолжительный массаж (натираение) тела в течение часа и более 2—3 раз в день теплой мочой больного. После на область печени и желудка ставят теплые и продолжительные компрессы из сложенного в 3—5 слоев полотна, обильно пропитанного его теплой мочой. Сверху эти компрессы накрывают слоем пропарафиненной бумаги или целлофановой пленкой, затем больного укутывают, а по мере высыхания полотно увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—6 недель, но может быть достаточно сокращено, если перед этим методом лечения больной произвел полную и тщательную очистку своего кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соковую, можно с медом по вкусу, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

31. При любых камнях (крупных, мелких) или песке в печени, когда мн. рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, его переводят на вегетарианскую пищу или (что лучше) натуральные соки.

Регулярно, 3—4 раза в день за час до еды, больной принимает настой из средств, рекомендованных в данном разделе или в разделе «Желчный пузырь и его протоки», растворяющий камни и песок в печени и выводящий их из организма. Рано утром, за 1,5—2 часа до еды, больной принимает внутрь $1/4$ — $1/2$ стакана теплого *подсолнечного*

масла, запивая лимонным соком или настоем из растений (можно с медом по вкусу). Через час после приема масла принимается настой, как указано в рекомендации.

Прием масла нужно повторить на ночь, через 2 часа после ужина, также запивая настоем. После приема ночной порции масла следует продолжительное время (час и более) лежать на правом боку, подложив на область печени горячую (без обжигания) грелку.

Настой принимают также перед обедом, полдником и ужином. Это достаточно ускоренный и менее болезненный метод лечения, особенно если больной предварительно очистил кишечник, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

32. При сложных заболеваниях печени (острый и хронический гепатит, желтуха, цирроз и др.), когда многие рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, ему необходимы инъекции собственной стерилизованной мочой по 2—3 мл (детям — по 0,2—0,3—0,5 мл) 6—10 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и тем, кто регулярно принимает на фоне поста свою мочу внутрь (см. № 30). Они намного ускорят исцеление.

✦ **ПИЕЛОНЕФРИТ** — инфекционное заболевание, локализирующееся в лоханках и мозговом слое почек и распространяющееся к корковому слою органа,

1. Листья *березы белой* в виде настоя принимают внутрь при воспалениях почек и мочевого пузыря, отеках.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных, заболеваниях крови.

Настой: 3 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в

0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{2}{3}$ —1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Корень *бузины травянистой* в виде настоя принимают внутрь как довольно сильное мочегонное средство при заболеваниях почек.

Настой: 3 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по $\frac{2}{3}$ —1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Лепестки цветков *василька синего* в виде настоя принимают внутрь как противоспазматическое средство при воспалении, заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: чайную ложку лепестков настаивают час в стакане кипятка и принимают по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{3}$ стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Траву *горца почечуйного* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 1 ст. ложку травы настаивают в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях почек и мочевого пузыря, при водянке как мочегонное средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Ягоды *клюквы болотной* в свежем виде едят без ограничения или в виде настоя принимают внутрь при пиелонефрите и др. заболеваниях почек.

Настой: ст. ложку измельченных плодов настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды, каждый раз приготавливая свежий настой.

9. Корни *колючелистника (колючника)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как противовоспалительное средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: ст. ложку корня настаивают ночь в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

10. Корень *лопуха большого* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при заболеваниях крови.

Настой: 2—3 ст. ложки корня настаивают 8 часов в 0,5 л теплой кипяченой воды и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Почки и кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде настоя или отвара принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови, острым и хроническом воспалении почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Отвар: 5—6 ст. ложек почек или коры варят в 7 стаканах воды, пока не останется половина жидкости. Процеживают, добавляют по вкусу мед и пьют по стакану теплого и сладкого отвара 3—5 раз в день до еды.

12. Почки *осоко́ря (тополя черного)* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови, острым и хроническом воспалении почек и мочевого пузыря.

Настой: 3 ст. ложки измельченных почек настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

13. Корневища *осо́ки песчаной (мохнатой)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и др. заболеваниях крови.

Настой: 2—3 ст. ложки корневищ настаивают 3 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

14. Свежие плоды (ягоды) *паслена черного* едят, а из травы паслена готовят настой и принимают как болеутоляющее и кровоостанавливающее средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. *Прополис* в чистом виде, в виде настойки или молочно-спиртовой вытяжки принимают внутрь как достаточно сильное бактерицидное, противовоспалительное и болеутоляющее средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Чистый прополис принимают по 3—5 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 30%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день за час до еды.

16. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и восстанавливающее обмен веществ в организме средство.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 8 часов в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Корни (реже траву) *синяка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: чайную ложку корней настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Листья *толокнянки обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь как дезинфицирующее и кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови, почек и мочевого пузыря.

Отвар: ст. ложку листьев варят в 3 стаканах воды, пока не останется 2 стакана жидкости, и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого отвара 2—3 раза в день до еды.

19. Кору молодых корней *тутового дерева* (*шелковицы*

обыкновенной) в виде настоя принимают внутрь при гипофункции почек и водянке.

Настой: 2—3 ст. ложки коры настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

20. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 4—5 ст. ложек травы настаивают 2—3 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

21. При пиелите или пиелонефрите, иногда с ознобом, высокой температурой и болью в области почек, когда в моче присутствуют признаки гноя, рекомендуется принимать 2—3 раза в день, лучше до еды, смесь из 2 чайных ложек *яблочного уксуса* (желательно собственного приготовления — гарантия качества и чистоты) на стакан теплой кипяченой воды. Клиническая картина достаточно быстро улучшается.

22. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и кровоостанавливающее средство при воспалении почек, почечных лоханок, мочевого пузыря и мочеточников.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 4 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

23. Травы *фиалки трехцветной*, травы *чистотела большого* — поровну. Весь сбор настаивают 2 часа из 2 ст. ложек в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, когда тяжесть недуга велика, при вирусных заболеваниях крови.

24. Листьев *вербены лекарственной* — 10 г, корня *лопуха* — 20 г, листьев *ореха грецкого* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 10 г, плодов *шиповника* — 30 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при нефрите и пиелонефрите.

25. Травы *зверобоя обыкновенного* — 10 г, травы *пустыр-*

ника — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *яснотки белой* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 24.

26. Листьев *березы* — 15 г, листьев *брусники* — 15 г, травы *зверобоя* — 15 г, соцветий *календулы* — 15 г, травы *ортосифона* — 10 г, корневищ *солодки* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 24.

27. Листьев *березы* — 15 г, травы и корневищ *земляники* — 20 г, почек *тополя* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 24.

28. Травы *зверобоя обыкновенного* — 10 г, корня *лопуха* — 20 г, корня *одуванчика* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, корня *цикория* — 30 г, плодов *шиповника* — 50 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 24.

29. Травы *зверобоя обыкновенного* — 10 г, травы *пустырника* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г, травы *яснотки белой* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 24.

30. Корня *лопуха* — 20 г, листьев *ореха грецкого* — 10 г, почек *осоколя* — 20 г, корневищ *пырея* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 10 г, плодов *шиповника* — 40 г, травы *яснотки белой* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при нефрите, пиелонефрите.

31. При пиелонефрите и др. сложных заболеваниях почек, когда многие рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, больного переводят на полное голодание с приемом внутрь по 1/4—1/2—2/3 стакана его мочи 3—5 раз в день и прополисной воды (приготовление ее см. в данном справочнике), а при отсутствии

прополиса — настоя любой концентрации из почек тополя (можно с медом по вкусу) или отстоянной кипяченой воды.

Если до этого кишечник больного не очищался, то ежедневно, 2 раза в день, ему ставят клизму из смеси 1 : 1 его мочи и теплой кипяченой воды, подкисленной (при возможности) двумя ложками яблочного уксуса на 1,5—2 л смеси. Весь ее объем должен входить в кишечник взрослого человека и выходить оттуда полностью с отбросами.

Наружно (обязательное условие этой терапии) больному делают массаж (растирание) всего тела или спины в течение двух часов и более его теплой мочой. После массажа на всю спину ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и укутывают; по мере высыхания увлажняют снова свежей или старой, но подогретой мочой больного.

Если количества мочи для растирания тела у него недостаточно, ее допускается брать у здорового человека того же пола и использовать в подогретом виде, но компрессы ставятся только с мочой больного.

Время такой голодной терапии зависит от тяжести заболевания, ее необходимо продолжать до полного выздоровления.

По окончании продолжительного лечения голодом главное — не допустить переедания. Больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соковую (можно с медом по вкусу), постепенно увеличивая порции; затем на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

32. При пиелонефрите и др. заболеваниях почек, если прием мочи внутрь для больного неприемлем (хотя весьма необходим), ему, при продолжении поста, делают инъекции его стерилизованной мочи по 1—2 мл (детям, соответственно возрасту, — по 0,3—0,5—1,0 мл) 3—6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и больным, принимающим свою мочу внутрь на

фоне поста (см. № 31). Они намного ускорят полное выздоровление при любых недугах.

33. При пиелонефрите и др. сложных инфекционных заболеваниях, когда многие вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, ему необходимо провести чистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Даже после единственной тщательно проведенной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

✚ **ПОДАГРА** — нарушение мочекишлого обмена в организме с отложением мочекишлых солей в тканях суставов, хрящах и костях, вызывающее их разрушение. При длительном течении болезни может наступить полное разрушение хрящей и костей. Заболевают преимущественно мужчины.

1. *Баклажаны* в любом виде и без ограничения применяют как лечебное питание при атеросклерозе, подагре и заболеваниях печени.

2. Корни *бедренца камнеломкого* в виде настоя или настойки принимают внутрь при подагре и ревматизме.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

3. Семена и листья *белены черной* в виде мази используют для втирания в больные места как болеутоляющее средство при артритах, артрозах и подагре.

Мазь: 30 г порошка из сырья настаивают, периодически взбалтывая, 8—10 дней в 100 мл подсолнечного масла, применяют наружно.

4. Листья *брусники обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при артритах, артрозах, подагре и ревматизме.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 2 часа в стакане

кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 5—6 раз в день до еды.

5. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное и потогонное средство при артритах, подагре.

Настой: 4—5 ст. ложек цветков настаивают 2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{2}{3}$ —1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Плоды или сок *винограда культурного* рекомендуются без ограничения лицам, организм которых склонен к мочекиислому диатезу. Сок винограда способствует выведению из организма мочевой кислоты, препятствует образованию скопления мочекислых солей в суставах.

7. Траву *герани лесной (луговой)* в виде настоя принимают внутрь при мочекислым диатезе, дизентерии, подагре и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Траву и корневища *горца птичьего* в виде настоя принимают внутрь как средство, изгоняющее мочекислые соли, песок и растворяющее камни в организме.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Корень *горечавки перекрестнолистной* в виде отвара принимают внутрь при артритах и подагре как средство, способствующее выведению из организма солей мочевой кислоты.

Отвар: 3 ст. ложки корней кипятят 5—10 минут в 3 стаканах воды, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{2}{3}$ —1 стакану теплого отвара 3 раза в день до еды.

10. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь при артритах, подагре, мышечных и суставных болях после тяжелых физических работ.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $\frac{1}{2}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Корневища с корнями *дягиля лекарственного* в виде настойки используют для втирания на больные места при артрите, подагре, ревматизме, болях в суставах и пояснице.

Настойка: 30—50%-ная на 70°—40°-ном спирте.

12. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при мочекишлом диатезе, песке и камнях в организме и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

13. Кору молодых ветвей *каштана обыкновенного* в виде отвара или настойки принимают внутрь и используют наружно при атеросклерозе, артрите, подагре, болях в суставах.

Отвар: 2—3 ст. ложки коры кипятят 5—10 минут в 0,5 л воды, настаивают 1—2 часа и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды и растирают ею больные суставы при болях в них.

14. Корневища и корни *купены лекарственной* в виде горячего настоя используют наружно для компрессов при ушибах и болях в суставах.

Настой: 50 г — 500 мл, настаивают 4 часа.

15. Корень *лабазника вязолистного (таволги)* в виде порошка для мази используют для втирания при поражении суставов и мышц подагрой и ревматизмом.

Мазь: 1 часть порошка из корня смешивают путем прогрева с 5 частями сливочного (несоленого) масла.

16. Корень второго года жизни *лопуха большого* или *войлочного* в виде настоя или порошка с медом принимают внутрь при мочекишлом диатезе, артритах, подагре и болях в суставах как средство, улучшающее состав крови и мочи при этих и др. заболеваниях обмена веществ.

Настой: 2 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок принимают (иногда с медом 1 : 1) по 3—5 г 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

17. Корневища *осоки песчаной* в виде настоя принимают внутрь как потогонное и мочегонное средство при артритах, подагре и ревматизме.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

18. Свежий сок или сгущенный настой *полыни горькой* (лучше майского сбора) используют наружно в виде втираний на больное место или компрессов при болях в суставах, вызванных отложением солей в них и растяжением сухожилий.

Делают повязки на больное место из сока травы, сгущенного настоя или растертой свежей травы.

19. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как мочегонное средство при мочекишечной диатезе, артритах, подагре и болях в суставах.

Настой: 2—3 ст. ложки корневищ настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Корнеплод *редьки посевной (черной)* используют наружно для натираний больных мест или повязок, компрессов как раздражающее средство при артритах, подагре и радикулите. Растертый корнеплод прикладывают на больное место и закрепляют.

21. Корнеплод *репы огородной* в свежем или вареном виде перетирают и как компресс прикладывают к пораженному артрозом или подагрой месту на ночь как болеутоляющее средство.

22. Соцветия или цветущую траву *ромашки аптечной* в виде настоя используют для припарок или компрессов наружно при подагрическом поражении суставов, опухолях рук и ног как средство, уменьшающее опухоли и боль в них.

Настой: 200—300 г сырья настаивают 2—3 часа в ведре кипятка.

23. *Ряску маленькую* в виде настойки или порошка принимают внутрь при подагре, радикулите и ревматизме.

Настойка: 20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 1—2 чайных ложки настойки 3—4 раза в день до еды.

Порошок из нее смешивают в подогретом меде 1:1 и принимают по 3—5 г (1/2 чайной ложки) 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой, до еды.

24. Корневища с корнями *сабельника болотного* в виде настойки принимают внутрь как более эффективное средство, выводящее соли из суставов при подагре.

Настойка: ст. ложку сырья настаивают 10—15 дней в 200 мл 70°-ного спирта, принимают по 1—2 ст. ложки настойки 3 раза в день до еды.

25. Цветки *сирени обыкновенной* в виде настойки принимают внутрь и используют наружно при отложении солей в суставах и, в частности, пяточной шпоре.

Настойка: 2—3 ст. ложки цветков настаивают 7—10 дней в 0,5 л 40°-ного спирта, принимают по 1/2 чайной ложки настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды и с этой настойкой делают компресс на больное место.

26. Листья *смородины* в виде настоя принимают внутрь при подагрических и ревматических поражениях суставов как мочегонное средство.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 4—6 часов в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 4—5 раз в день до еды.

27. Скипидар *сосны обыкновенной* (терпентинное эфирное масло) применяют наружно для втираний на больное место при невралгиях, подагре, радикулите и ревматизме как болеутоляющее средство.

28. Корни *стальника полевого (пашенного, колючего)* в виде настоя принимают внутрь при нарушении обмена мочево́й кислоты в организме и подагре.

Настой: 1—2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

29. Корневища с корнями *тамуса обыкновенного (адамов корень)* в виде сока из свежего корневища или сгущенного настоя, настойки используют для смазывания

больных мест как болеутоляющее средство при артритах, подагре, радикулите и ревматизме.

Настой или настойка 30%-ные.

30. Траву *тимьяна ползучего* в виде настойки используют наружно для втирания на больные места при болях в суставах, вместо муравьиного спирта.

Настойка: 30—40%-ная на 70°—40°-ном спирте.

31. Почки *тополя черного (осоко́ря)* в виде настойки используют для растирания больных мест при болях в суставах, артрите, подагре и ревматизме.

Настойка: 30—40%-ная на 70°—40°-ном спирте.

32. Древесный уголь, желательно из *тополя черного*, превращают в сметанообразную массу. На льняное полотно по размеру больного сустава шпателем накладывают эту полужидкую смесь и прикладывают на больной сустав, сверху накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и закрепляют, оставляя на ночь. Утром компресс снимают и заменяют свежим. Такие компрессы ставят 2 раза в день при острой и запущенной форме подагры, в течение 2—4 и более недель. Если при замене компресса в отработанном видны желто-серые пятна — это признак того, что соли мочевой кислоты выходят из сустава.

33. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при моче-кислом диатезе, артрите, подагре и ревматизме.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

34. Побеги *хвоща полевого* в виде настоя принимают внутрь при отложении солей в суставах, артрите, подагре и радикулите.

Настой: 2 ст. ложки побегов настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

35. При остром приступе подагры на пораженный сустав (суставы) на ночь делают компресс из ломтиков моченых *яблок*. Сверху накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и закрепляют. Утром комп-

ресс снимают, а на ночь ставят новый в течение 2—3-х недель до исчезновения болей и размягчения «шишек». Для этих целей необходимо брать сочные яблоки.

В летнее время моченые яблоки можно заменить листьями *лопуха большого* или *капусты*, обильно смоченными водой. Их прикладывают к суставу поверхностью, которая была обращена к земле. Замечено, что эти растения действуют избирательно. Например, там, где лист лопуха не снимает боли, капуста прекрасно помогает.

36. При поражении суставов мочекислыми солями, артрите, полиартрите, подагре, сопровождающимися сильной болью и хромотой, и т. п. недугах для уменьшения болей и ускорения выздоровления больному следует принимать по 10 чайных ложек *яблочного уксуса* (лучше собственного приготовления — гарантия чистоты и качества) на стакан теплой кипяченой воды при каждом приеме пищи. Можно выпить такую смесь и на ночь, дополнив ее ст. ложкой меда. Вскоре боли прекратятся и опухоли в суставах будут рассасываться.

Если больной страдает и гиперацидным гастритом, то концентрацию смеси можно несколько уменьшить или приготовить уксус из сладких сортов яблок, но это удлинит время лечения.

37. При остром приступе подагры, когда в суставах сильные боли, на больные места ставят теплые компрессы из порошка *мела* и *яблочного уксуса*.

Мел толкут в мелкий порошок и разводят с теплым яблочным уксусом или соком из яблок, а в отсутствие их — с теплой кипяченой водой до образования сметанообразной массы, которую кладут шпателем на полотняный бинт (обычный не годится) и прикладывают к больным местам, оставляя на ночь. Утром компресс снимают, при необходимости ставят свежеприготовленным или ставят на следующую ночь. Мел вытягивает из суставов соли мочевой кислоты (поэтому на нем видны желтые пятна) и тем самым облегчает боли. Бинт каждый раз необходимо тщательно стирать и высушивать, чтобы использовать повторно. Такие компрессы делают на все больные конечности (верхние и нижние) при болях в них в течение двух и более недель. До и во время лечения больного сле-

дует перевести на вегетарианскую пищу, полностью исключить алкоголь, пиво, мясные продукты, соленья и ограничить соль.

38. Цветков *бузины черной*, травы *дрока красильного*, листьев *крапивы двудомной*, травы *фиалки трехцветной* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при артрите, подагре и ревматизме.

39. Травы *вероники* — 20 г, корня *лопуха* — 25 г, корневищ *пырея* — 20 г, травы *череды* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 30 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 38.

40. Корневищ *горца птичьего* — 15 г, травы *живокости полевой* — 10 г, корня *петрушки* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 38.

41. Цветков *бузины черной* — 15 г, корневищ *горца птичьего* — 15 г, корня *лопуха* — 15 г, корневищ *пырея ползучего* — 15 г, травы *яснотки белой* — 10 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 38.

42. Листьев *березы* — 10 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры *каштана обыкновенного* — 10 г, травы *лабазника* — 15 г, корня *лопуха* — 30 г, травы *наслена черного* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 38.

43. Листьев *березы* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г, корня *лопуха* — 20 г, листьев *смородины черной* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 38.

44. Цветков *бузины черной*, травы *зверобоя обыкновенного*, травы *золотарника*, цветков *липы сердцевидной* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при уратном артрите, суставном артрите, подагре и ревматизме.

45. Корневищ *аира* — 20 г, коры *крушины* — 20 г, корня *лопуха* — 20 г, корня *одуванчика* — 20 г, корневищ *солодки* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 40 г.

Отвар: 2 ст. ложки сбора кипятят 10 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и пьют по стакану теплого отвара утром и вечером натошак при экссудативном диатезе, суставном артрите и подагре.

✦ ПОТОГОННЫЕ СРЕДСТВА

1. Цветки *бузины сибирской (красной)* в виде горячего настоя принимают внутрь как потогонное средство при простудных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка, подогревают и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана горячего настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Цветки *бузины черной* в виде горячего настоя с медом по вкусу принимают при простудных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка, подогревают и пьют по 2/3—1 стакану сладкого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья *ежевика сизой* в виде настоя или настойки принимают внутрь как потогонное средство при сильном перемерзании и простудных заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в литре кипятка, подогревают и пьют без ограничения, как чай, с медом по вкусу.

Настойка: 20—30%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 100—150 мл до еды.

4. Корни *колючелистника обыкновенного (колючника)* в виде горячего настоя или настойки принимают внутрь как потогонное средство при простудных заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней настаивают 2—3 часа в ста-

кане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

5. Цветки *липы сердцевидной* в виде горячего настоя с медом по вкусу принимают внутрь как потогонное средство при простудных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки цветков настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (с медом по вкусу) в горячем виде без ограничения как потогонное средство.

6. Корень *лопуха большого* в виде настоя принимают внутрь как достаточно активное потогонное и мочегонное средство.

Настой: 2—3 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, подогревают и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 2—3 раза в день до еды. После приема настоя больного хорошо укутывают, через час выделяется обильный пот.

7. Почки *осины обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как сильное потогонное и противопростудное средство.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды.

8. Корневища *осоки песчаной (мохнатой)* в виде горячего настоя принимают внутрь как потогонное и противопростудное средство при простудных заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана горячего настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Траву с цветочными корзинками *пулавки красильной* в виде настоя принимают внутрь как потогонное и противопростудное средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 4 часа в стакане

кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Корневища *пырея ползучего* в виде горячего настоя принимают внутрь как потогонное средство при простудных, особенно респираторных заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды, подогревают и пьют с медом по вкусу по 1/2—2/3 стакана горячего настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Плоды *смородины черной* (иногда красной) в виде сока из них или горячего настоя принимают внутрь как потогонное и мочегонное средство при простудных заболеваниях.

Настой: 3 ст. ложки сухих или помятых свежих ягод настаивают 2—3 часа в 6,5 л кипятка, подогревают и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана горячего и сладкого настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Траву *таволги вязолистной* (*лабазника*) в виде горячего настоя принимают внутрь как потогонное и мочегонное средство при простудных заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют в горячем виде (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

13. Молодые стебли и листья *тростника обыкновенного* (*камыша*) в виде горячего настоя принимают внутрь как потогонное и мочегонное средство при простудных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 4—6 часов в 0,5 л кипятка, подогревают, добавляют по вкусу меда и пьют как чай — без ограничения.

14. Цветки *бузины черной*, цветки *липы обыкновенной*, сухие плоды *малины* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, подогревают, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану горячего настоя 3—4 раза в день до еды как потогонное средство при простудных заболеваниях.

15. Корень *лопуха большого* — 40 г, почек *осины* — 10 г, корневищ *пырея* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, подогревают, добавляют по вкусу мед и пьют

как чай — без ограничения как достаточно сильное потогонное и простудное средство.

16. Цветков бузины черной — 10 г, цветков липы — 10 г, корня лопуха — 30 г, корневищ пырея — 15 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 14.

17. Цветков бузины черной — 10 г, листьев будры плющевидной — 20 г, корня лопуха — 40 г, почек тополя черного — 20 г, плодов шиповника — 40 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 14.

18. Цветков бузины черной — 10 г, листьев ежевики — 20 г, цветков липы — 20 г, корня лопуха — 30 г, плодов шиповника — 40 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 14.

19. Цветков липы — 10 г, корня лопуха — 30 г, листьев смородины черной — 10 г, корневищ осоки песчаной — 20 г, травы тимьяна — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, подогревают, добавляют по вкусу мед и пьют по 2/3—1 стакану горячего настоя 3—4 раза в день до еды как потогонное средство при респираторных заболеваниях.

20. При простудных заболеваниях, когда необходимо вызвать пот, кладут больного на слой свежих ольховых листьев (ольха черная или клейкая) и накрывают толстым слоем таких же листьев, а сверху теплым одеялом. Поят его горячим настоем с медом по вкусу из потогонных сборов, рекомендованных выше. Через некоторое время больной начинает потеть и пропотевает очень сильно. Пусть уснет, а утром он почувствует себя здоровым.

✚ ПОЧЕЧНОКАМЕННЫЕ И ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК

1. Траву астрагала нулистцветкового в виде настоя принимают внутрь как более эффективное средство при острых и хронических нефритах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. *Баклажаны* в любом виде и без ограничения применяют в лечебном питании как средство, снижающее содержание холестерина в крови, стенках сосудов и почках и увеличивающее выведение из организма солей мочевой кислоты с мочой.

3. Молодые (клейкие) листочки *березы* в виде настоя принимают внутрь при воспалении почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Лепестки *васильков синих* в виде настоя принимают внутрь как спазмолитическое средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 чайные ложки лепестков настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Цветочные веточки *вереска обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при почечнокаменной болезни и водянке.

Настой: 3—4 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Плоды (или сок) *винограда культурного* принимают без ограничения как средство, способствующее выведению из организма солей мочевой кислоты и препятствующее образованию камней.

7. Траву *герани лесной (луговой)* в виде настоя принимают внутрь как средство, растворяющее камни в почках.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Траву и корневища *горца птичьего (спорыша)* в виде настоя принимают внутрь как средство, растворяющее камни в почках и мочевом пузыре.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в

0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Семена *дыни столовой* в виде настоя принимают внутрь при камнях в почках и мочевом пузыре, положительный результат достигается достаточно быстро.

Настой: стакан истолченных семян настаивают ночь в 3 л теплой кипяченой воды и пьют как воду, без ограничения.

10. Цветущую траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь как хороший растворитель камней в почках и мочевом пузыре.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Траву *золотарника обыкновенного (золотая розга)* в виде настоя принимают внутрь при песке и камнях в почках как хороший растворитель последних.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Корни *колючелистника обыкновенного (колючника)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как противовоспалительное средство при воспалении почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 ст. ложки корней настаивают ночь в 2 стаканах кипятка и принимают по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Корень *коровяка скипетрового* в виде настоя принимают внутрь как превосходный диуретик при заболеваниях почек.

Настой: 2 ст. ложки корня настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Корень *лопуха большого* в виде настоя принимают внутрь при болезнях, связанных с нарушением солевого обмена, камнях в почках и мочевом пузыре для растворения последних.

Настой: 2—3 ст. ложки корня настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

15. Корень *марены красильной* или *черешковой* в виде отвара принимают внутрь как эффективное средство, растворяющее камни в почках и мочевом пузыре.

Отвар: ст. ложку корней настаивают час и кипятят 10 минут в стакане воды, принимают по 2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

16. Семена *моркови дикой* в виде настоя принимают внутрь при почечнокаменной болезни.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных семян настаивают ночь в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

17. Молодые листья и веточки *омелы белой* в виде настоя или порошка принимают внутрь при нефрите, пиелонефрите, протекающих с гипертонией, отеками, наличием песка в моче и остаточного азота в крови как средство, увеличивающее диурез с усиленным выделением продуктов азотистого обмена.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и принимают по 2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Порошок из сырья принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

18. Траву *ортосифона (почечный чай)* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при тяжелых формах почечных заболеваний.

Настой: 1/2—1 ст. ложку травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Листья *пастернака обыкновенного (белый корень)* в виде настоя принимают внутрь как болеутоляющее средство при почечных заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Траву *пастушьей сумки* в виде настоя принимают внутрь при почечных коликах, болезни почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 ста-

канах кипятка и пьют по $1/2$ — $2/3$ стакана (можно с медом по вкусу) теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. Траву и споры *плауна булавовидного* в виде настоя принимают внутрь при камнях в почках и мочевом пузыре.

Настой: чайную ложку сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $1/2$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

22. 15%-ное *прополисное масло* принимают внутрь при кавернозном туберкулезе и др. заболеваниях почек с прекрасным результатом лечения и достаточно быстрым.

Приготовление и прием масла: 1 кг сливочного (несоленого) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 150 г очищенного и перетертого через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре $+80^{\circ}$ и до полного остывания. Принимают масло по 1 чайной или ст. ложке 3—5 раз в день за час до еды, лучше с теплым молоком, или, намазывая на хлеб, едят, запивая теплым молоком.

23. *Свеклу красную (столовую)* используют в диетотерапии в виде сока из нее при почечнокаменной болезни, как средство, способствующее выведению шлака из почек. Принимают сок по $2/3$ —1 стакану 3—4 раза в день, лучше до еды.

24. Свежеприготовленный сок из корней *сельдерея пахучего* принимают внутрь при нефрите, нефролитиазе и др. заболеваниях почек.

Сок принимают по 1—2 чайные ложки 3 раза в день за час до еды.

25. Цветки *сирени обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь при песке и камнях в почках и др. органах.

Настой: ст. ложку цветков настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

26. Листья *смородины черной* в виде настоя принимают внутрь как стимулятор надпочечников, при камнях в почках и мочевом пузыре.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л

кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

27. Корни *стальника полевого (колючего)* в виде настоя принимают внутрь при нарушениях обмена мочевой кислоты, др. заболеваниях, камнях в почках и мочевом пузыре.

Настой: 1—2 ст. ложки корня настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

28. Траву *таволги вязолистной (лабазника)* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях почек и мочевого пузыря (цистопиелите и др.).

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

29. Кору молодых корней *тутового дерева (шелковицы)* в виде настоя принимают внутрь при гипофункции почек, водянке.

Настой: 2—3 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

30. Свежеприготовленный сок из мякоти *тыквы* принимают внутрь как средство, вызывающее интенсивное выделение хлора почками.

Сок принимают по 1/2 стакана 3—5 раз в день до еды при различных заболеваниях почек.

31. При воспалении почек (пиелите и др.) полезно принимать смесь из 2 чайных ложек *яблочного уксуса* (лучше собственного приготовления — гарантия чистоты и качества) на стакан теплой кипяченой воды за каждой едой.

32. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и побуждающее деятельность почек средство.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

33. Побеги *хвоща полевого* в виде настоя принимают внутрь при камнях и др. заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 ст. ложки побегов настаивают 2—3 часа в

0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

При остром воспалении почек препараты хвоща противопоказаны.

34. Семянки из плодов *шиповника обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь при камнях в почках и мочевом пузыре.

Отвар: 2—3 чайные ложки измельченных семянки кипятят 10 минут в 2 стаканах воды и принимают по 1/3—1/2 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

35. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь при воспалении почек, почечных лоханок и как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

36. Семена целые *айвы обыкновенной*, плоды *можжевельника*, плоды *шиповника обыкновенного* — поровну.

Отвар: ст. ложку сбора настаивают 6 часов в стакане кипятка, кипятят 15 минут и выпивают за день глотками при хроническом нефрите.

Противопоказан сбор при острых воспалительных заболеваниях почек и мочевого пузыря.

37. Плоды *можжевельника обыкновенного*, корневища *солодки*, листья *толокнянки* — поровну. Все как в № 36.

38. Травы *живокости полевой* — 30 г, травы *льнянки обыкновенной*, соцветий *бессмертника* — по 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при песке и камнях в почках, мочевом пузыре.

39. Листьев *березы* — 20 г, листьев *ежевика* — 20 г, листьев *земляники лесной* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 30 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при нефрите.

40. Травы *зверобоя* — 10 г, травы *пустырника* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *яснотки белой* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды при нефрите и пиелонефрите.

41. Травы *зверобоя обыкновенного* — 10 г, травы *пустырника* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *яснотки белой* — 20 г.

Приготовление настоя, его применение, как в № 40, при нефрите, пиелонефрите и др. заболеваниях почек.

42. Травы *адониса (горицвета)* — 5 г, почек *березы* — 4 г, листьев *толокнянки* — 5 г, травы *хвоща полевого* — 3 г.

Отвар: весь сбор настаивают 2 часа в 2 стаканах воды, кипятят 5—10 минут и принимают по 1—2 ст. ложки отвара через каждый час при острых и хронических заболеваниях почек. Отвар готовят ежедневно свежим, т. к. он быстро закисает.

43. Всего растения (травы и корневищ) *земляники* — 10 г, листьев *березы* — 20 г, листьев *ежевике сизой* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г, семян *льна посевного* — 50 г.

Приготовление настоя и его применение, как в № 40, при нефрите.

44. Травы *вербены лекарственной* — 10 г, корня *лопуха* — 20 г, листьев *ореха грецкого* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 10 г, плодов *шиповника* — 30 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 40.

45. Травы *зверобоя обыкновенного* — 20 г, цветков *терновника* — 15 г, травы *тысячелистника* — 15 г, стручков *фасоли* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, листьев *черники обыкновенной* — 15 г.

Отвар: ст. ложку сбора настаивают 4 часа или ночь в стакане кипятка и выпивают за день глотками все при уратных камнях в почках и мочевом пузыре.

46. Семян *моркови культурной* — 15 г, листьев *толокнянки обыкновенной* — 10 г, плодов *укропа огородного* — 10 г, травы *чернобыльника* — 10 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г.

Настой: 1—2 ст. ложки сбора настаивают ночь в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по

1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при камнях в почках и мочевом пузыре.

47. Корня лопуха большого — 20 г, листьев ореха грецкого — 10 г, почек осокоря — 10 г, корневищ пырея — 10 г, травы фиалки трехцветной — 10 г, плодов шиповника обыкновенного — 30 г, травы яснотки белой — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при нефрите, пиелонефрите.

48. Листьев березы — 10 г, травы зверобоя — 10 г, листьев ореха грецкого — 10 г, травы спорыша — 20 г, травы фиалки трехцветной — 20 г, побегов хвоща полевого — 20 г, плодов шиповника — 40 г, травы яснотки белой — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при нефрите, пиелонефрите, гломерулонефрите и др. заболеваниях почек.

49. Очистка организма при вышеперечисленных и др. заболеваниях. Если мн. рекомендации для больного неприемлемы или результат лечения не удовлетворяет, следует обратить особое внимание на зашлакованность организма, кишечника в первую очередь, и провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

50. При всех (кроме механических повреждений) заболеваниях почек, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы, следует применить уринотерапию, достаточно быстро очищающую и исцеляющую весь организм независимо от заболевания при условии, что все ее несложные правила будут соблюдены полностью.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ему на

живот и всю спину делают продолжительный массаж (натирание) в течение двух и более часов 2 раза в день теплой мочой больного. После массажа на область почек (лучше на всю спину) ставят компресс из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, обильно пропитанного его теплой мочой. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, а по мере высыхания увлажняют снова и держат продолжительное время, можно до следующего растирания. Если для растирания тела количества мочи у больного недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, можно и старую, но подогретую, для компрессов подходит только моча больного. Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, ее ведут до полного выздоровления, примерно 2—3 недели, а при очищенном до этого кишечнике намного быстрее и, как правило, с прекрасным результатом.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соки (можно с медом по вкусу), потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

✦ ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

1. Молодые (клеякие) листочки *березы* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: 2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

2. Соцветия *бессмертника песчаного* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настой: 2 ст. ложки соцветий настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настойки принимают каплями как противовоспалительное и обезболивающее средство при заболеваниях в желудочно-кишечном тракте.

Настойка: 1 часть сырья настаивают 7—10 дней в 3—5 частях 70°-ного спирта, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды не более 3 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито, очень!

4. Лепестки *васильков полевых (синих)* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и спазмолитическое средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: 2—3 чайные ложки лепестков настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

5. Корневища с корнями (реже траву) *гравилата городского* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при различных заболеваниях в желудочно-кишечном тракте, сопровождаемых повышением температуры, рвотой и др. недугами.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Соцветия *календулы обыкновенной (ноготков)* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и антисептическое средство при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Надземную часть (листья, кору или ветки) *караганы гривастой (верблюжий хвост)* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях и ревматизме.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Листья *кипрея узколистного* в виде настоя принима-

ют внутрь как активное противовоспалительное средство при всяких нарушениях слизистой в желудочно-кишечном тракте.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Корни *колючелистника обыкновенного (колючника)* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Настой: 2 чайные ложки корней настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Корень (иногда траву) *крестовника широколистного* в виде настойки принимают внутрь как противовоспалительное средство при сильных болях в желудочно-кишечном тракте.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3 раза в сутки, лучше до еды.

11. *Кукурузные рыльца* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настой: ст. ложку рылец настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Траву и корневища (без корней) *лапчатки прямостоячей* в виде отвара принимают внутрь как противовоспалительное средство при остро протекающем воспалении печени, остром гепатите и циррозе печени в отечноасцитической стадии.

Отвар: 10 г травы и 2 г корневищ кипятят 30 минут в 2 стаканах воды, настаивают 2 часа и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана отвара 3—4 раза в день за 2 часа до еды.

13. Семена (плоды) *подорожника большого* и др. видов в виде настоя (слизи) принимают внутрь как противовоспалительное средство при нарушениях слизистой в желудочно-кишечном тракте (гастриты, язвы, колиты и т. д.).

Настой: ст. ложку истолченных или целых семян настаивают

вают 10—15 минут в стакане кипятка. По охлаждении настой с семенами промешивают и выпивают все, не фильтруя.

14. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при воспаленных почках, мочевом пузыре, мочеточниках и желчных недомоганиях.

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 12 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Траву *репешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при хронических заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Корни *хатьмы тюрингской* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и обволакивающее средство при нарушениях слизистой в желудочно-кишечном тракте и др. недугах.

Настой: ст. ложку корней настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки (детям по чайной), через каждые 3—4 часа.

17. Траву *чистотела большого* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и болеутоляющее средство при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки до 1/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное средство при воспалении почек, почечных лоханок и спазмах мочевого пузыря.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

19. Листья *белены черной*, листья *болиголова* — поровну.

Настойка: 1 часть сбора настаивают 5—7 дней в 3 частях 70°—40°-ного спирта, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды как противовоспалительное и болеутоляющее сред-

ство при воспалениях и болях в желудочно-кишечном тракте.

Строгая дозировка! Сильно ядовито!

20. Листья *ежевика сизой* — 20 г, соцветия *календулы обыкновенной* — 10 г, листья *кипрея узколистного* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как противовоспалительное и болеутоляющее средство при желудочно-кишечных недомоганиях.

❖ ПРОТИВОПРОСТУДНЫЕ СРЕДСТВА

1. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при гриппе, лихорадке, респираторных и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды; детям, соответственно их возрасту, дают каплями или чайную ложку настоя 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

2. Листья *аистника цикутного* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при заболеваниях дыхательных путей (воспаление легких, коклюш, плеврит и др.).

Настой: ст. ложку листьев настаивают 6—8 часов в стакане теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Траву или цветки *арники горной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как противопростудное средство при простудных и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принима-

ют, по 1/2 чайной ложки настойки на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—4 раза в день до еды.

4. Облиственные побеги *багульника* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при заболеваниях дыхательных путей (бронхиальной астме, коклюше, воспалении и туберкулезе легких).

Настой: 1—2 чайные ложки побегов настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя, детям по 1—2 чайных ложки 3—5 раз в день до еды.

5. Цветки *бузины черной* в виде горячего настоя принимают внутрь как противопростудное средство при заболеваниях дыхательных путей (кашле, коклюше, одышке и мн. др. недугах).

Настой: 2—3 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, подогревают и добавляют по вкусу мед. Пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Цветущие ветки *вереска обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях как отхаркивающее, противовоспалительное и успокаивающее кашель средство.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды.

7. Траву *гармалы обыкновенной* (*могильника*) в виде горячего настоя используют для ванн как противопростудное средство при переохлаждении организма (легочных заболеваниях, лихорадке, малярии и др.).

Настой для ванн произвольный по концентрации. Ванны делают по 20—30 минут, затем больного укутывают шерстяным одеялом, поят потогонным настоем и дают уснуть.

8. Траву с корневищем *земляники лесной* в виде отвара принимают внутрь при простудных заболеваниях, высокой температуре, кашле и др. недугах.

Отвар: 2—3 ст. ложки сырья кипятят 5—10 минут в 0,5 л воды, настаивают 2 часа и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

9. Траву *змееголова молдавского* в виде настоя прини-

мают внутрь как противопростудное средство при простудных заболеваниях, головной боли и др. недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

10. Кору молодых ветвей *ивы* всех видов в виде отвара принимают внутрь как противопростудное и жаропонижающее средство при гриппе, лихорадке, малярии и др. простудных заболеваниях.

Отвар: ст. ложку коры кипятят 5—10 минут в стакане воды, настаивают 1—2 часа и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день или через каждые 2 часа.

11. Соцветия с верхушечными листьями *клевера лугового* (*красного*) в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при лихорадке, малярии, легочных и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Ягоды *клюквы болотной* в виде морса, сиропа или настоя принимают внутрь без ограничения при простудных заболеваниях, сопровождающихся высокой температурой тела, общей слабостью и др. недугами.

13. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде отвара принимают внутрь как противопростудное и потогонное средство при простудных заболеваниях.

Отвар: 3—4 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 3 стаканах воды, кипятят 10—15 минут и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану горячего отвара на прием, 2—3 раза, лучше до еды. После приема отвара больного тепло укутывают, он потеет, недуги проходят.

14. Плоды, листья, иногда все растение (с корнем) *мошкаты приземистой* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при простудных заболеваниях (грипп, лихорадка, малярия и др.).

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Траву вместе с цветочными корзинками *нивяника*

обыкновенного (*луговой ромашки*) в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при простудном кашле, лихорадке, малярии и заболеваниях дыхательных путей.

Настой: 2—3 чайные ложки сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 2 ст. ложки сладкого настоя 3—5 раз в день до еды.

16. Корневища *осоки песчаной (мохнатой)* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное и потогонное средство при простудных заболеваниях, приступах удушья, кашле и др. недугах.

Настой: 2 ст. ложки корневищ настаивают 3—4 часа или ночь в 0,5 л теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Листья *падуба обыкновенного (кустарника)* в виде отвара принимают внутрь как противопростудное и противохолерическое средство.

Отвар: 1—2 ст. ложки листьев варят в 0,5 л воды, пока не выкипит половина жидкости, и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/3 стакана теплого отвара 3—5 раз в день, лучше до еды.

18. Плоды *поленика (княженика) обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при простудных заболеваниях как жаропонижающее средство.

Настой: 2—3 ст. ложки плодов настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3 раза в день до еды.

19. Траву с цветочными корзинками *пулавки красильной* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при простудных заболеваниях (лихорадка, малярия, воспаление верхних дыхательных путей и др.).

Настой: ст. ложку сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

20. Корнеплод *репы огородной* в виде сока с медом или отвара принимают внутрь как противопростудное средство при сильном простудном кашле, остром ларингите, простудной потере голоса.

Свежеприготовленный сок смешивают 1 : 1 с медом и принимают по 1—2 ст. ложки смеси 3—4 раза в день до еды.

Отвар: 2 ст. ложки перетертого через терку корнеплода варят 15 минут в стакане воды и принимают (лучше с медом по вкусу) по 1/4 стакана отвара 2—3 раза в день до еды или по стакану на ночь.

21. Плоды *смородины красной* или свежеприготовленный сок из них принимают внутрь как противопростудное и противовоспалительное средство при лихорадочных состояниях и др. недугах.

Плоды: 3—4 ст. ложки перетертых плодов настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) без ограничения — максимум.

22. Плоды *смородины черной* в виде свежеприготовленного сока из них или настоя (из сухих) принимают внутрь как противопростудное и жаропонижающее средство.

Принимают без ограничения, как смородину красную.

23. Корень *переступня белого (тамус, адамов корень)* в виде настойки принимают внутрь и используют для растирания как противопростудное и противовоспалительное средство при простудных заболеваниях дыхательных путей.

Настойка: 1 часть свежеперетертого корня настаивают 7—10 дней в 3 частях 70°—40°-ного спирта, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды, наружно используют для растирания спины и плеч, потом укутывают, чтобы пропотеть.

24. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настойки используют для растирания груди, спины и плеч как противопростудное средство при заболеваниях дыхательных путей (кашель, ларингит, воспаление).

Настойка: 3—4 ст. ложки травы настаивают 7—10 дней в 0,5 л 70°-ного спирта.

25. Кору молодых ветвей *ясеня обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь как противопростудное средство при лихорадочных состояниях.

Отвар: ст. ложку коры варят 10—15 минут в стакане воды, настаивают час и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.



✚ **РАДИКУЛИТ** — поражение корешков спинномозговых нервов первичное (инфекционное или токсическое) или вторичное (обусловленное обменно-дегенеративными, травматическими, воспалительными, опухолевыми процессами в позвоночнике и окружающих тканях. Наиболее распространен пояснично-крестцовый радикулит.

1. Семена *белены черной* в виде мази используют для растирания больных мест при радикулите и ревматизме как обезболивающее средство.

Мазь: 30—40 г порошка из семян настаивают 7—10 дней в 100 мл горячего подсолнечного масла, периодически взбалтывая, и натирают больные суставы или мышцы.

2. Цветки *бузины черной* в виде горячего настоя принимают внутрь при простуде, радикулите, артрите.

Настой: 3—4 ст. ложки цветков настаивают 1—2 часа в литре кипятка, подогревают и пьют с медом по вкусу без ограничения.

3. Листья *буквицы лекарственной (черной)* в виде настоя принимают внутрь при радикулите, ревматизме и как средство, способствующее восстановлению обмена веществ.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Траву и корни *верблюжьей колючки (перекати-поле)* в виде горячего настоя используют для ванн при болях в суставах, радикулите, подагре и др. заболеваниях.

Настой: 200 г сырья настаивают 1—2 часа в ведре кипятка, подогревают и применяют для ванн или компрессов на больные места.

5. Свежеприготовленные листья *дурмана вонючего* в виде настойки используют для втираний на больные места при радикулите, ревматизме и подагре как болеутоляющее средство.

Настойка: 30—40%-ная на 70°—40°-ном спирте.

6. Кору молодых ветвей *вяза гладкого* в виде настоя принимают внутрь при радикулите, болях в суставах и водянке.

Настой: 2 ст. ложки коры настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Семена *горчицы сарептской* в виде порошка для горчичников, горчичных настоек используют при невралгиях, мышечных и суставных болях как болеутоляющее средство.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, для растираний больных мест.

8. Корневища и корни *дягиля лекарственного* в виде настойки используют для растираний больных мест при радикулите, ревматизме и болях в пояснице.

Настойка: 30—40%-ная на 70°—40°-ном спирте.

9. Траву *звездчатки средней (мокрицы)* в измельченном виде используют наружно, а в виде настоя принимают внутрь как тонизирующее обмен веществ средство, а наружно при растяжении сухожилий, болях в суставах, радикулите и др. заболеваниях.

Наружно: измельченную и распаренную траву прикладывают к больным местам, накрывают пропарафиненной бумагой и закрепляют.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Плоды *каштана обыкновенного (конского)* в виде настойки принимают внутрь и используют наружно для втираний на больные места при ломоте и болях в суставах, радикулите, подагре и др. подобных заболеваниях.

Настойка для приема внутрь: 30%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка для втирания: 50%-ная на 70°-ном спирте.

11. Траву *клевера ползучего* в виде настоя используют для ванн при суставных и мышечных опухолях, радикулите.

Настой: 200 г на ведро кипятка, компрессы ставят на час, ванны 30 минут, лучше на ночь.

12. Сечение свежей *крапивы двудомной* полезно при радикулите и суставном ревматизме.

13. Корень *лабазника вязолистного (таволги)* в виде мази используют для втирания на больные места при поражении мышц и суставов радикулитом.

Мазь: 25%-ная из порошка корня на сливочном масле, приготавливают путем прогрева основы и промешивания до полного остывания.

14. В хорошо прогретой бане (без обмывания тела) натирают заднюю часть тела при радикулите центробежным *медом*, в течение продолжительного времени, давая ему впитаться в поры кожи. Утоляют жажду теплым настоем из цветков бузины черной с медом по вкусу и без ограничения.

15. Плоды *мордовника обыкновенного (шароголового)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при радикулите, радикулоневрите и др. заболеваниях.

Назначают 1—2%-ный раствор в виде настоя или настойки по 10—30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

16. Верхнюю часть шляпки (бело-оранжевый пигмент) *мухомора красного* в виде настойки используют для растираний больных мест при радикулите, подагре, невралгии и др. заболеваниях.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 5—10 дней в 5 частях 70°—40°-ного спирта.

17. Почки *осины обыкновенной* в виде настойки принимают внутрь как кровоочистительное средство при радикулите, подагрических поражениях суставов и др. заболеваниях.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—25 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

18. Свежеперетертый корень *переступня белого* (*адамов корень*) в виде настойки принимают внутрь и используют наружно при болях в суставах, плечах, костях, радикулите и невралгии.

Настойка: 1 часть корня настаивают 7—10 дней в 3 частях 70°—40°-ного спирта и принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды, одновременно растирают этой настойкой больные места.

19. Стручки *перца горького* (*красного*) в виде настойки используют для растирания больных мест как местное раздражающее и отвлекающее средство при пояснично-крестцовом радикулите, артритах, ревматизме и др. заболеваниях.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, настаивают 7—10 и более дней.

20. Траву *прострела раскрытого* (*сон-траву луговую*) в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно для растираний больных мест при радикулите, подагрических и ревматических болях в суставах.

Настой: чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды, натирают ею больные места,

21. Корнеплод *редьки посевной* в виде сока используют для втирания на больные места или компрессов как местное, раздражающее и отвлекающее средство при радикулите, невритах и ревматизме.

Для этих целей используют и смесь, в которую входят: 1,5 стакана сока, стакан меда и 100 мл водки. Все тщательно смешивают и растирают больные места. Иногда эта растирка помогает лучше др. средств.

22. Скипидар *терпентинового дерева* используют для растираний больных мест при невралгии, радикулите, подагре и ревматизме.

Применение: на больное место накладывают компресс

из кислого ржаного теста и плотно укутывают. Через час компресс снимают и больное место натирают скипидаром, снова укутывают. Иногда бывает достаточно трех таких сеансов по одному в день при радикулите.

Такая растирка противопоказана при заболеваниях почек и печени.

23. Корни *стальника полевого (пашенного)* в виде настоя принимают внутрь при нарушениях обмена мочевой кислоты, артрите, подагре и радикулите.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

24. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя принимают внутрь, а настойку из нее используют наружно при пояснично-крестцовой невралгии, радикулите и др. поражениях суставов.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана настоя 3—4 раз в день до еды.

Настойка: 4—5 ст. ложек травы настаивают 10—15 дней в 0,5 л 70°—40°-ного спирта, используют для компрессов и растираний на больные места.

25. Почки *тополя черного (осоко́ря)* в виде настойки или мази используют для втираний на больные места при радикулите, подагре и ревматизме.

Настойка: 50%-ная из порошка почек на 70°—40°-ном спирте, настаивают 7—10 дней.

Мазь: 1 часть порошка из почек смешивают путем прогрева с 5 частями сливочного (несоленого) масла или внутреннего жира.

26. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное кровоочистительное средство при артрите, подагре и радикулите.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

27. При радикулите делают оладик из любой муки и без масла размером примерно 15 × 25 см, толщиной 0,3—0,5 см. Одну сторону горячего оладика намазывают ап-

течным скипидаром и этой стороной прикладывают к больному месту поясницы. Независимо от того, печет или нет, держать оладик около 45 минут. Подобную процедуру делают через день, лучше на ночь, не более 3 раз. Часто бывает достаточно одной такой процедуры — снимает боль с первого раза и на долгое время.

28. Листьев *березы* — 10 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры *каштана* — 10 г, корня *лопуха* — 40 г, листьев *смородины черной* — 20 г, травы *спорыша* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, травы *яснотки белой* — 20 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 3 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при артрите, радикулите и ревматизме.

29. Цветков *бузины черной* — 10 г, коры *каштана* — 10 г, рылец *кукурузы* — 10 г, корня *лопуха* — 40 г, корневищ *пырея* — 20 г, корневищ *спорыша* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 10 г, травы *яснотки белой* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 28.

30. Цветков *бузины черной* — 10 г, коры *каштана* — 10 г, коры *крушины ломкой* — 20 г, цветков *липы сердцевидной* — 20 г, корня *лопуха* — 40 г, корневищ *пырея* — 20 г, корневищ *спорыша* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 28.

31. Цветков *бузины черной* — 10 г, коры молодых ветвей *вяза гладкого* — 10 г, коры *ивы козьей* — 10 г, коры *каштана* — 15 г, травы *лабазника* — 15 г, почек *осины* — 15 г, корневищ *пырея* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 30 г.

Назначение сбора, его приготовление и применение — см. № 28.

32. При лечении воспалительных, обменных заболеваний опорно-двигательного аппарата (артритов, артрозов, полиартритов, радикулитов и ревматизма) предлагаются 2 доступных средства для любой местности.

1-й вариант. Берут произвольно сено, измельчая его максимально, или готовую сенную труху. 500 г этой трухи варят 30 минут в 1—2—3 л воды, затем ее слегка отжимают и в

горячем виде (без обжигания) обкладывают больное место (спину, суставы или стопы). Сверху компресс закрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, закрепляют, потом укутывают. Компресс держат до полного остывания — примерно час. Если больной уснет, не следует будить его, компресс можно снять и после пробуждения. Если отсутствует сено, взамен можно использовать измельченные листья березы, осины, тополя или ясеня.

В случае продолжения болей можно снова прогреть эту труху и повторить компресс. Лучше компрессы ставить на ночь, во избежание переохлаждения больных мест в течение дня.

2-й вариант — отчасти доступный и горожанину. 500 г свежих *опилок* из-под пилорамы настаивают 2—3 часа в горячем месте в 1—2 л кипятка. Слегка отжимают и этими горячими (без обжигания) опилками делают компресс, как в 1-м варианте. Результаты лечения будут ускоренными, если опилки взять от свежих (не гнилых) и смолистых деревьев (ель, пихта или сосна).

Для ускорения выздоровления больному кроме этих наружных процедур необходимо принимать внутрь настой или чай из целенаправленных сборов, можно с медом по вкусу, как рекомендовано выше.

33. Листьев *березы* — 10 г, цветков *бузины черной* — 10 г, коры *каштана* — 15 г, травы *лабазника* — 15 г, корня *лопуха* — 40 г, корневищ *пырея* — 20 г, цветков *сирени* — 10 г, листьев *смородины черной* — 10 г, почек *тополя* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 30 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г.

Настой для приема внутрь: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, подогревают, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настой для наружного применения: 10—15 ст. ложек сбора настаивают 2—3 часа в 2 л кипятка. Подогревают и пропитывают им сложенное в 4—5 слоев полотно или простыню такой ширины, чтобы она покрывала больного от подмышек до щиколоток ног. Слегка выжимают и влажным, горячеватым (но не обжигающим) полотном укуты-

вают его. Сверху компресс накрывают шерстяным одеялом и укутывают, закрепляют булавками и оставляют больного потеть (предварительно напоив потогонным настоем с медом по вкусу) на 1,5—2 часа. Если больной уснет, не следует будить его. Компресс можно снять после пробуждения. Рекомендовано при радикулите и ревматизме.

34. При радикулите больной испробовал много данных выше рекомендаций, а результаты лечения не удовлетворяют. В таком случае необходима полная и тщательная очистка кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но тщательной чистки, результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

35. Если мн. рекомендации для больного неприемлемы и он ищет более доступную и результативную, посоветуем *уринотерапию*, достаточно быстро очищающую и исцеляющую весь организм независимо от заболевания при условии полного соблюдения всех ее несложных правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают продолжительный массаж (натирание) всей спины, рук и ног в течение двух и более часов теплой мочой его 2 раза в день. Если для натирания тела количества мочи у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола. После массажа ему необходимо поставить на всю спину или больные суставы теплые компрессы из свернутого в 3—5 слоев льняного полотна или простыни, обильно пропитанной теплой его мочой. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой, можно целлофановой пленкой, потом укутывают, — при высыхании увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой его, затем опять укутывают.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, ее проводят до полного выздоровления, примерно 2—3 недели, реже больше, при очищенном кишечнике оно резко сокращается.

❖ **РАКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ.** Раковая опухоль возникает в тот момент, когда соматическая клетка, выйдя из-под контроля организма, начинает неистово делиться, создавая угрозу для живого существа в целом. В результате формируется одиночная крупная масса клеток или группа более мелких образований. Эта клетка воспроизводит себя посредством деления на две клетки, которые в свою очередь делятся вновь и т. д. Так происходит рост опухоли в любой части (системе) организма. Признаком этого заболевания часто являются: общая слабость, потеря массы тела, продолжительный (иногда с кровью) кашель, тошнота, рвота, чувство сдавливания или уплотнения в участке тела и т. д. Эта патология кроме всего прочего страшна и своей бессимптомностью, распознается, как правило, в запущенной форме (стадии) и поэтому требует большого объема времени для исцеления.

Рекомендации, данные ниже, все хороши, особенно тогда, когда больной при подозрении на данное заболевание сразу обратился к средствам Природы и не был до этого подвергнут ортодоксальной (официальной) медицине радио- или химиотерапии, т. к. эти терапии организму и его иммунной системе кроме вреда ничего не дают, усугубляя и без того страшную патологию.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь как источник железа при железодефицитной анемии и как средство, активно укрепляющее сердечно-сосудистую систему.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Кору молодого корня или корень *барбариса обыкновенного* в виде настойки принимают внутрь при сильном истощении организма и раке внутренних органов.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по чайной ложке 3—4 раза в день до еды продолжительное время.

3. Траву *барвинка малого* и др. видов в виде настоя принимают внутрь как средство, обладающее противоопухолевой активностью (задерживает деление клеток на стадии метафазы), при остром лейкозе.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по $\frac{2}{3}$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Кору корней или корни *бархата амурского* в виде настоя принимают внутрь при опухолях внутренних органов и как тонизирующее средство для истощенного организма.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по $\frac{1}{4}$ стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Все растение (траву и корни) *белозера болотного* в виде настоя принимают внутрь при раке желудка, кишечных и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Плоды бобов *русских* (или *конских*) полезно включать в рацион питания как средство, тормозящее рост злокачественных опухолей, и для профилактики этих заболеваний.

Бобы назначают без ограничения в виде порошка, супов и каш.

7. Споры (или все растение) в стадии скорого созревания *гриба веселки обыкновенной* сами по себе или (что лучше) в комплексе растений (для приема внутрь) в виде мази из порошка гриба на масляно-прополисной основе используют наружно как мощное наружное противоопухолевое средство.

Мазь: 10 г порошка веселки смешивают путем прогретия со 100 г 10%-ного прополисного масла или др. жировой основы и используют для повязок.

8. Соцветия *бодяка полевого* (*осота розового*) в сборе с др. противоопухолевыми средствами в виде настоя принимают внутрь при раке внутренних органов.

9. Семена и листья *болиголов крапчатого* в виде настойки принимают внутрь при раковых заболеваниях внутренних органов и как болеутоляющее средство при всех болях в желудочно-кишечном тракте.

Настойка: 1 часть сырья настаивают 7—10 дней в 5 час-

тях 70°-ного спирта и принимают внутрь по 2—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды, при внутренних болях по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды, не более 3-х раз в день до еды.

Настойка ядовита, очень!

10. Корни *василистника малого* в виде настоя используют наружно в виде компрессов или орошений при раке и др. заболеваниях кожи.

Настой: 1—2 ст. ложки корней настаивают 3—4 часа в стакане кипятка.

11. Верхушки цветущей травы *волчеца кудрявого* в виде настоя принимают внутрь при раковых и др. заболеваниях внутренних органов.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Плоды *волчегородника обыкновенного* в виде настоя на дистиллированной воде принимают внутрь при раке желудка.

Настой: чайную ложку измельченных плодов настаивают 2—3 часа в 100 мл дистиллированной воды и принимают по 2—3 капли настоя в 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды. При хорошей переносимости этого препарата дозу его можно несколько увеличить.

13. Траву и плоды *варенца колосистого* в виде настойки принимают внутрь при раке и др. заболеваниях желудка.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

14. Корневища *герани кроваво-красной* в виде настоя принимают внутрь при раковых и др. заболеваниях внутренних органов.

Настой: 2—3 чайные ложки корневищ настаивают 8 часов в 2 стаканах теплой кипяченой воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Споры *гриба головоча*, или *кальвадия* в виде мази из порошка спор или сгущенного настоя используют наружно при раке кожи.

Настой: ст. ложку порошка из спор настаивают час в 1/3 стакана кипятка, используют для повязок.

Мазь: ст. ложку порошка смешивают путем прогрева со 100 г 10%-ного прополисного-масла или другой жировой основы, используют для повязок.

16. Траву *желтушника малого* и др. видов в виде настоя с медом используют наружно при раке и др. заболеваниях кожи.

Настой: ст. ложку порошка из травы настаивают 1—2 часа в 1/3 стакана кипятка, добавляют такой же объем подогретого меда, тщательно promешивают и используют для повязок.

17. Цветки, ягоды или ветки *калины красной* в виде настоя принимают внутрь для профилактики и лечения раковых заболеваний внутренних органов.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Свежий сок из плодов *капусты огородной* пьют, а кочерыжки едят без ограничения (максимум) как доступный природный антирадиант и противоопухолевое средство при радиоактивных облучениях и раковых заболеваниях.

19. Верхушки цветущей травы *клевера лугового* (*красного*) в виде настоя принимают внутрь при анемии, опухолях внутренних органов, физическом истощении и мн. др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

20. Листья и корни *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь при мн. заболеваниях, в том числе и как противоопухолевое средство.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

21. Корень *лопуха большого* в виде настоя принимают внутрь как более активное противоопухолевое средство

при раковых заболеваниях внутренних органов (пищевода, желудка, печени и др.).

Настой: 2—3 ст. ложки корня настаивают ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

22. Соцветия *лопуха войлочного* и листья *лопуха малого* в виде настоя принимают внутрь без ограничения (максимум) при раке внутренних органов.

Настой: 4—5 ст. ложек сырья настаивают 8 часов в литре кипятка.

23. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем регулярно принимают подязычно или внутрь (последнее хуже) как средство, активизирующее деятельность иммунной системы организма, вызывающее улучшение состояния больных, имеющих злокачественные опухоли и истощенных после перечисленных тяжелых заболеваний.

Чистое молочко, 30 мг (на кончике ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды.

Смесь: 10 г молочка смешивают на водяной бане со 100 г чистого меда, промешивают до полного остывания смеси, 1/4 чайной ложки смеси кладут под язык и держат до полного рассасывания (растворения).

1/2 чайной ложки смеси смешивают с 1/2 стакана теплого чая или кипятка и принимают внутрь 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день за час до еды.

24. Корень *моркови культурной* в виде свежеприготовленного сока смешивают с медом 1 : 1, принимают внутрь и используют наружно при раке губы, гортани и желудка. Принимают смесь ст. ложками несколько раз в день до еды.

25. Верхнюю часть головки гриба *мухомора красного* (оранжево-белый пигмент) в виде настойки принимают внутрь как более активное противоопухолевое средство при раке внутренних органов и др. заболеваниях.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 7—10 дней в 5 частях 40°-ного спирта, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

26. Плоды *облепихи крушиновидной* в виде масла рекомендуется принимать для профилактики повреждений пищевода, лучевых поражений слизистой внутренних органов и при лучевой терапии рака.

Масло принимают медленно, как бы посасывая, по ст. ложке 3—5 раз в день до еды.

27. Кору молодых ветвей *облепихи крушиновидной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при раковых заболеваниях внутренних органов, особенно в сочетании с др. растениями.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

28. Траву *очитка едкого (заячья капуста)* в виде свежеприготовленного сока из нее или сгущенного настоя используют наружно при раковых и др. заболеваниях кожи. Сок или настой очитка действует при раке лучше болиголова.

29. *Пектин*, получаемый из яблок, свекловичного жома или морских растений, принимают в виде настоя внутрь как очень эффективное средство при лечении лучевых поражений, как средство, выводящее из организма тяжелые металлы, активизирующее иммунную систему, повышающее сопротивляемость организма к инфекционным и др. заболеваниям.

Препараты пектина хорошо выводят холестерин из организма.

Настой: 1/2 чайной ложки порошка пектина настаивают, размешивая, 2—3 минуты в стакане теплого чая или кипятка, размешивают и выпивают все за 3—5 раз в день до еды.

При лучевых поражениях на полный курс лечения необходимо 1,5—2 кг чистого пектина.

30. Корнеплод *пиона уклоняющегося (марьин корень)* в виде настоя принимают внутрь при раковых заболеваниях внутренних органов.

Настой: чайную ложку корнеплода настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и выпивают за день глотками, лучше до еды.

31. Траву *подмаренника обыкновенного (цепкого)* в виде настоя принимают внутрь и применяют наружно при раке кожи и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, наружно более сгущенный настой используют для компрессов или повязок.

32. Корень (реже и траву) *полыни обыкновенной (чернобыльника)* в виде настойки или порошка принимают внутрь как противоопухолевое средство при раке желудка, прямой кишки и матки.

Настойка: 30—40%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2—1 чайной ложке на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 4—5 раз в день до еды, при хорошей переносимости препарата дозу несколько увеличивают.

Порошок из корня (можно с медом) принимают по 1/2—1 чайной ложке 4—6 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

33. Все растение (траву и корни) *порезника странного* или *головчатого* в виде настоя принимают внутрь при раковых опухолях внутренних органов и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

34. *Прополис* в чистом виде или с любым компонентом (масло, мед, молоко, спирт) принимают внутрь при злокачественных опухолях во внутренних органах, даже в том случае, если больной подвергался облучению кобальтом, хотя это облучение вредит всему организму.

Прополис и его препараты на продолжительное время ингибируют раковые клетки, способствуют деятельности

нормальных клеток и восстановлению нормального состояния организма. Таким образом, развитие раковых клеток можно замедлить, остановить и искоренить их совсем, принимая продолжительно прополис или его препараты.

Чистый прополис принимают по 5—7 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

15%-ное прополисное масло: 1 кг сливочного (несоленого) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячее масло 150 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем промешивания смеси в течение 30 минут при температуре $+80^{\circ}$ до полного остывания. Принимают по ст. ложке на $1/2$ стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30—50%-ная на 96° — 70° -ном спирте, принимают по 50 капель настойки на $1/2$ стакана теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день до еды, при хорошей переносимости настойки дозу можно несколько повысить.

Если больной более активно принимает очищенный прополис или его препараты, то возможно уже через 2—3 недели такого приема может обнаружить, что раковые опухоли его значительно высохли, возможно полностью в любом участке тела. Но даже в этом случае прием препаратов прополиса следует несколько продолжить, учитывая, что они абсолютно безвредны для организма, а целебные свойства в них велики.

35. Пыльцу цветков, собранную пчелами, в виде настоя с медом принимают внутрь как средство, оказывающее хорошее терапевтическое действие при злокачественной анемии и др. заболеваниях.

Применение: 200 г меда смешивают с 800 мл теплой кипяченой воды, промешивая, добавляют понемногу 100 г пыльцы до образования однородной массы. Оставляют эту смесь в темном и теплом месте на несколько дней до появления ферментации и принимают по $2/3$ стакана смеси 3—4 раза в день до еды. Перед каждым употреблением хорошо промешивают. Этого количества смеси хватит на

6—7 дней. Перед ее окончанием необходимо приготовить новое количество такой же смеси.

36. Корень *репешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при доброкачественных и злокачественных опухолях и др. заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки корней настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

37. Корнеплод *свеклы обыкновенной (красной)* в виде свежеприготовленного сока принимают внутрь при раке внутренних органов, анемии и малокровии.

Сок смешивают 1 : 1 с медом и принимают по 1/3—1/2 стакана смеси 3—4 раза в день до еды.

38. Корневища *солодки голой* в виде настоя принимают внутрь как противоопухолевое средство (задерживающее рост опухоли).

Настой: ст. ложку корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1/2 стакана настоя 2—3 раза в день до еды.

39. Семена *сумаха дубильного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, истощающих организм с резким ухудшением аппетита, и кишечных заболеваниях.

Настой: 2—3 чайные ложки измельченных семян настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

40. Цветочные корзинки и листья без колючек *татарника колючего* в виде настоя или порошка принимают внутрь при злокачественных опухолях внутренних органов и кожи.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Порошок из листьев принимают по чайной ложке 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

41. Корень *татарника крымского* в виде настоя принимают внутрь при раке внутренних органов, в том числе и матки.

Настой: 2—3 ст. ложки корня настаивают 3—4 часа в

0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

42. Плоды *тутового дерева (шелковицы)* черного цвета включают в диетотерапию как источник железа при анемии, наступающей после кровопотерь, и вялости кровеносных органов. Едят их в любом виде и без ограничения.

43. *Чагу (березовый гриб)* в виде настоя принимают внутрь как средство, улучшающее самочувствие больных с опухолями внутренних органов и при анацидных гастритах.

Настой: стакан мелко измельченного гриба настаивают двое суток в литре теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

44. *Зеленый чай* в виде сгущенного настоя полезно принимать без ограничения при заболеваниях раком любого органа. Его препараты способствуют улучшению здоровья при лейкемии, происходящей в результате отравления организма стронцием—90, и др. заболеваниях. Можно принимать настой и с медом по вкусу.

45. Траву (иногда и корни) *чистотела большого* в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно при раковых заболеваниях гортани, желудка, кишечника, матки и кожи.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

При хорошей переносимости настоя концентрацию или объем приема можно несколько увеличить.

Для наружного применения используют сок растения или более сгущенный настой.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

46. Корни *элеутерококка колючего* в виде настойки принимают внутрь как средство, способствующее задержанию развития раковых опухолей, в комплексе противоопухолевых средств могут применяться для лечения опухолей.

Настойка: 100 г измельченных корней настаивают 10 дней в литре 40°-ного спирта и принимают по десертной ложке настойки 2—3 раза в день до еды.

47. Надземную часть (молодые веточки) *эфедры хвощовой* и др. видов в виде порошка или настоя принимают внутрь как средство, обладающее выраженной противоопухолевой активностью, при остром снижении артериального давления и др. недугах.

Порошок принимают по 0,05 г (на кончике ножа), смешав с 1/2 стакана теплой кипяченой воды, 2—3 раза в день до еды.

Настой: чайную ложку измельченных веток настаивают час в 1/2—1 стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито, очень!

48. Корень *лопуха войлочного* или *большого* в перетертом виде смешивают 1 : 1 с чистым медом и принимают по 1—2 ст. ложки смеси на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды при раке желудка.

49. Траву *желтушника малого* и др. видов в виде порошка для мази используют наружно при раковых заболеваниях кожи, и опухоль рассасывается.

Мазь: порошок распаривают час 1 : 1 с кипятком, после смешивают 1 : 1 с медом и делают повязки.

50. Травы *адониса весеннего*, семян *дурмана обыкновенного* — поровну. Сбор в виде настоя принимают внутрь при злокачественных опухолях в желудке.

Настой: 1—2 чайные ложки измельченного сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды. Иногда этот настой чередуют с настоем подорожника, который приготавливают из ст. ложки его листьев на стакан кипятка, настаивают 1—2 часа и выпивают за день глотками.

51. Кочерыжки *капусты огородной* — 50 г, корня *лопуха большого* и др. видов — 30 г, корнеплода *моркови культурной* — 20 г. Свежеперетертые через мелкую терку компоненты смешивают в однородную массу, добавляют по вкусу мед и принимают по 2—3 ст. ложки смеси 3—5 раз в день до еды при раковых заболеваниях внутренних органов и для лечения анемии.

52. Кочерыжки *капусты огородной* — 30 г, корня *лопуха* большого и др. видов — 30 г, корнеплода *моркови культурной* — 20 г, корнеплода *пиона уклоняющегося* — 20 г. Свежеперетертые через мелкую терку компоненты смешивают в однородную массу, добавляют по вкусу мед и принимают по 2—3 ст. ложки смеси 3—5 раз в день до еды при раковых и др. заболеваниях внутренних органов, истощающих организм.

53. Соцветий *календулы* — 10 г, корня *лопуха* — 30 г, корня *чернобыльника* — 20 г, травы *чистотела большого* — 10 г.

Настой: половина сбора настаивается 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при раке внутренних органов.

54. Мед (желательно темного цвета) — 1,5 кг, вино *виноградное* — 850 мл, сок из листьев *алоэ древовидного* — 850 мл. Сбор смешивают в слегка подогретом меде, тщательно промешивают, настаивают в темном и прохладном месте 5 дней и принимают первые 5 дней по чайной ложке смеси, а остальные по столовой 3—5 раз в день до еды при раке внутренних органов и раке матки (даже с гангренозным отделением распада). Время приема такой смеси обычно продолжительное.

55. Корневищ *аира* — 10 г, травы *болиголова* — 5 г, травы *гречихи посевной* — 10 г, травы *донника лекарственного* — 20 г, травы *чистотела* — 5 г, корнеплода *пиона* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при раке желудка.

56. Для профилактики и лечения раковых заболеваний больному следует питаться *вегетарианской пищей* с минимальной термообработкой или соками, обладающими в значительной мере способностью подавлять развитие злокачественных опухолей, а в комплексной терапии и устранять уже имеющиеся. Исключить из рациона питания мясные продукты, соленья, ограничить соль.

В рационе питания должны быть общеизвестные растения: *баклажаны*, *бобы*, *капуста огородная* (кочерыжки и листья), *крапива двудомная* (листья), *лук*, *морковь*, *чеснок* и т. д.

Свежеприготовленные соки из вегетарианской кухни для этих целей более приемлемы (их можно принимать без ограничения и с медом по вкусу), т. к. они в значительной степени ускоряют выздоровление организма.

Вегетарианскую кухню можно значительно дополнить противоопухолевыми средствами *апитерапии*: маточным (пчелиным) молочком, медом, прополисом и даже цветочной пылью. Такая комплексная кухня достаточно быстро исцелит организм от этих и др. заболеваний, укрепит его и продлит срок жизни.

57. При всех онкологических заболеваниях, когда mn. вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или результаты лечения не удовлетворяют, следует обратить особое внимание на зашлакованность всего организма, кишечника в первую очередь, и провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После этой, даже единственной, но тщательно проведенной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

58. При подозрении на онкологическое заболевание любого участка тела или внутреннего органа (независимо от того, подтверждено оно гистологически или нет) следует исходить из закономерности: каждое затверждение или твердый узелок в любом месте организма есть не что иное, как злокачественное образование (тем более оно бессимптомно). К примеру, затверждение в груди, большое или малое, под мышкой, на шее, на голове, в животе, тазобедренном суставе и т. д. — есть рак, страшная патология организма.

При подобных заболеваниях следует использовать любые средства и терапии, указанные в этом разделе. Не ждать, пока хирург отчекрыжит эту опухоль или нарост, усугубив и без того страшное заболевание.

Ниже даем еще три рекомендации, доступные для каждого: *уринотерапию*, апробированную веками на mn. тысячах больных с прекрасным результатом исцеления на фоне полного голодания с приемом внутрь только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день мочи больного и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) следует делать продолжительный массаж (натираие) всего тела теплой мочой его 2 и более раз в день от шеи до подошв и пальцев ног. После массажа на больное место кладут теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного или хлопчатобумажного полотна, обильно пропитанного теплой мочой больного. Сверху компрессы накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного.

Если для натирания тела количества мочи у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, но для компрессов подходит только моча больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, с чисткой кишечника занимает 3—6 недель, реже больше, как правило, с хорошим результатом даже тогда, когда официальная медицина отрекается от больного, ссылаясь на его безнадежность.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соки с постепенным переходом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

59. При раке кишечника для ускорения выздоровления настоятельно рекомендуется произвести полную и тщательную чистку его, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

После чистки кишечника проводят лечение, как указано в рекомендации № 58.

60. Рак молочной железы (одиночные, множественные, мелкие или крупные опухоли).

Если у больной опухоль небольшая, есть время для устранения данной патологии, то для сокращения сроков лечения ей рекомендуется провести полную и тщательную чистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50, потом приступить к лечению с помощью *уринотерапии* на фоне полного голодания.

При большой опухоли или их множестве, ее немедленно переводят на полное голодание с приемом внутрь

только по 2/3—1 стакану 3—5 раз в день ее мочи, а при необходимости и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) ей ежедневно делают массаж (натираание) всего тела теплой ее мочой в течение 2 и более часов 2 раза в день. После массажа на грудь (место опухоли) кладут компресс из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна, обильно пропитанного теплой ее мочой, по мере высыхания его увлажняют снова до последующего массажа и т. д.

При отсутствии у больной достаточного объема мочи для массажа тела, можно брать ее у здоровой женщины, но для компрессов необходима только моча больной.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания. При очищенном кишечнике и полном соблюдении всех вышеописанных правил оно занимает обычно 2—4 недели, реже больше.

После продолжительного лечения голодом больную переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термобработкой или соки, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

61. При всех онкологических заболеваниях, если употребление своей мочи для больного неприемлемо, ему, при продолжении поста, делают инъекции его стерилизованной мочи по 1—2—3 мл (детям, соответственно возрасту, — по 0,3—0,5—1,0 мл) 3—6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и больным, принимающим на фоне поста свою мочу. Они namного ускорят выздоровление, особенно после предварительно проведенной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50.

✚ РАНЫ (нарушение целостности тканей организма).

1. Порошок из корневищ *аира болотного* используют для присыпок ран и язв.

2. Свежие листья *алоэ древовидного* или сок из них используют наружно при труднозаживающих ранах и язвах,

сопровождающихся сильными болями. Используют в виде повязок и компрессов.

3. Траву *барвинка малого* и др. видов в виде настоя принимают наружно при гнойных ранах и язвах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, обмывают больные места и делают промоченные настоем повязки.

4. Почку или кору *березы белой* в виде порошка или настойки используют наружно при свежих и гноящихся ранах и раздражении кожи гнойными выделениями.

Настойка. 20%-ная на 40°-ном спирте.

5. Траву *вероники лекарственной* в виде порошка для мази используют наружно при свежих и гнойных ранах.

Мазь: 2 ст. ложки порошка из травы настаивают 5—7 дней в стакане подсолнечного масла, периодически взбалтывая.

6. Траву *волчеца кудрявого* в виде настоя применяют наружно при труднозаживающих и гангренозных ранах.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, используют для промывания ран и повязок.

7. Корневища *горца змеиного (раковые шейки)* в виде порошка или отвара применяют наружно как присыпку или примочку на свежие, кровоточащие и застарелые раны.

Отвар: 2—3 ст. ложки корневищ кипятят 20 минут в 0,5 л воды, настаивают час.

8. Траву *горца почечуйного* в виде настоя используют наружно при свежих и старых кровоточащих ранах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка.

9. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде порошка для мази или настоя применяют наружно при плохо заживающих ранах и язвах.

Мазь: 25%-ная на подсолнечном масле, настаивают 7—10 дней.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и используют для обмываний и компрессов на раны.

10. Кору *ивы белой* в виде порошка или настоя используют наружно для присыпки и обмываний при гангренозных и гнойных ранах.

Настой: 2 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка.

11. Траву *каланхоэ перистого* в виде сока из нее применяют наружно подобно соку алоэ как средство, способствующее быстрому очищению и заживлению ран.

Приготовление сока: свежесрезанные листья и стебли хранят в темном месте при температуре +5...+10°C в течение недели, затем моют в проточной воде и измельчают на мясорубке, отжимают сок.

12. Листья *капусты огородной* в перетертом виде прикладывают на свежую или старую рану, и боль проходит.

13. Смолу (*живицу*) *кедра сибирского*, вытекающую из надрезов на стволе, успешно используют в виде повязок для лечения свежих и старых ран. Порошком из живицы посыпают раны и забинтовывают.

14. Свежие листья или порошок из них *кипрея узколистного* используют как ранозаживляющее средство.

Летом измельченные листья прикладывают к ранам, зимой порошком посыпают раны и забинтовывают.

15. Корень (реже все растение) *кирказона ломоносвидного* в виде отвара используют как антисептическое и противовоспалительное средство, ускоряющее заживление ран.

Отвар: 2 ст. ложки корня кипятят 30 минут в 1—2 стаканах воды, настаивают час, применяют для обмываний и повязок на раны.

16. Корневища без корней *лапчатки прямостоячей* в виде настоя или мази используют наружно для лечения кровоточащих ран, ожогов и обморожений.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, применяют для примочек и повязок.

Мазь: ст. ложку порошка из корневищ кипятят 5—10 минут в 0,5—1 стакане сливочного (несоленого) масла, применяют для повязок.

17. Плоды *липы мелколистной* в виде порошка или сгущенного настоя используют наружно как кровоостанавливающее средство при кровотечениях из ран и носа.

18. *Мед* пчелиный с успехом используют для повязок при хронических незаживающих и любых свежих ранах (ножевых, огнестрельных и др.).

Мазь: мед — 80%, теплая кипяченая вода — 20%; мед — 80%, прогретый любой жир — 20%.

19. Листья *медуницы обыкновенной* в свежем виде или в порошке используют наружно для ванн, обмываний или компрессов при гнойных и труднозаживающих ранах.

Настой: 10 ст. ложек настаивают 2 часа в 1—2 л кипятка.

20. Траву *мокрицы (звездчатки средней)* в виде настоя используют наружно для ванн, обмываний или компрессов при гнойных и труднозаживающих ранах.

Настой: 10 ст. ложек настаивают 2 часа в 1—2 л кипятка.

21. Траву *молодила побегоносной (черноколосника колючего)* в свежем и истолченном виде для мази используют наружно при долго не заживающих и гнойных ранах.

Мазь: 1 : 2 с прогретым и несоленым жиром.

22. Корень *опонки лекарственного* в виде настойки или настоя используют наружно как средство, стимулирующее восстановление тканей и рост грануляций при ранениях и труднозаживающих ранах.

Настойка: 1 часть порошка из корня на 5 частей 40°-ного спирта, применяют для обмываний и припарок.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка, применяют для припарок и повязок.

23. Молодые (клеякие) листочки или молочные плоды *ореха грецкого* в виде настоя используют наружно при труднозаживающих ранах.

Настой: 20 г измельченного сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка.

24. Семена *пажитника сенного* в виде отвара используют наружно при гнойных и труднозаживающих ранах.

Отвар: ст. ложку порошка из семян варят в стакане воды до получения сметанообразной массы, раскладывают на куске льняного полотенца и прикрепляют к ране.

25. Корневища *папоротника мужского* в виде отвара используют для ванн при гнойных ранах и язвах.

Отвар: 50—100 г корневищ варят 2—3 часа в 2—3 л воды.

26. Свежеизмельченную траву с ягодами *паслена черного* используют наружно при гангренозных и свежих ранах в виде повязок.

27. Листья (реже кору) *плюща кавказского* в виде настоя используют наружно при гнойных и свежих ранах, вызванных ожогами.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 8 часов в стакане кипятка и применяют как примочку или компресс.

28. Свежеизмельченные листья *подорожника большого* или ланцетного используют для повязок при абсцессах, инфицированных и кровоточащих ранах.

29. Свежие молодые листья (майский сбор) *полыни горькой* в виде сока или сгущенного настоя используют наружно как средство, способствующее остановке кровотечений из ран, дезинфицирующее поврежденные ткани и ускоряющее их регенерацию.

Вместо сока из листьев применяют наружно для повязок и свежеперетертые листья.

30. Траву *полыни обыкновенной* в виде настоя используют наружно для лечения долго не заживающих ран и язв.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, делают компресс и повязку на больное место.

31. *Прополис* в виде настойки и мази используют наружно для обработки, обезболивания и лечения гангренозных, ножевых, огнестрельных, ожоговых и др. ран. Препараты его обезболивают, стимулируют восстановление поврежденных тканей и заполняют костную альвеолу нормальной грануляцией.

Настойка прополиса: 10—15%-ная на 96°—70°-ном спирте.

Мазь: 15%-ная из прополиса на любой жировой основе.

Способ применения: из раны удаляются хранительные остатки, костные секвестры, некротические ткани. Рана обильно промывается окисью водорода, местно просушивается, и на нее ставится обильно увлажненный настойкой дрен. После охлаждения воздухом спирт испаряется, а остается смолистый покров с лечебным препаратом, эта пленка действует продолжительное время. Повторная процедура перевязки производится уже с 15%-ной прополисной мазью на другой день.

32. Цветочные корзинки и листья (колючки удаляют-

ся) *татарника колючего (будяк)* в виде настоя используют наружно при свежих и гнойных ранах.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 4 часа в стакане кипятка.

33. Семена *редьки посевной (черной)*, растертые в кашу с небольшим количеством кипятка или сока из корней, используют для припарок как более эффективное антибактериальное и антимикотическое при труднозаживающих ранах.

34. Корни *румянки красной* в виде порошка для мази на меду или свином внутреннем жиру используют наружно при труднозаживающих ранах.

Мазь: 20—30%-ная.

35. Траву *сочевичника весеннего (чина весенняя)* в виде настоя используют наружно для обмываний или примочек при гангренозных и гнойных ранах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка.

36. Зрелые плоды *софоры японской* в виде настойки используют для орошений или примочек при свежих, гнойных и долго незаживающих ранах.

Настойка: 15%-ная на 70°—40°-ном спирте.

37. Траву *сушеницы болотной* в виде масляной вытяжки используют наружно при труднозаживающих ранах, ожогах и поражениях кожи рентгеновскими лучами.

Настой: ст. ложку порошка из травы настаивают 5—10 дней в стакане подсолнечного масла, ежедневно взбалтывая.

38. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде порошка для присыпки или настоя для примочек используют наружно как болеутоляющее и обеззараживающее средство при гнойных и труднозаживающих ранах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка.

39. Почки (реже кору молодых ветвей) *тополя черного* в виде настоя, настойки или масляного извлечения используют наружно при гангренозных состояниях конечностей как наружное смягчительное, охлаждающее и ранозаживляющее средство.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды и применяют для орошений и примочек.

Настой: 1—2 ст. ложки измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка, применяют для обмываний, орошений и компрессов.

Мазь: 1 часть порошка из почек кипятят 30 минут в 2—3 частях подсолнечного масла, настаивают 2—3 недели и применяют для повязок.

40. Соцветия и листья *тысячелистника обыкновенного* в свежеприготовленном виде, в виде настойки или настоя используют наружно как более эффективное кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство при всех видах нарушений целостности тканей.

Используют свежие сочные соцветия и листья, растертые максимально мелко. Их прикладывают на рану и закрепляют бинтом или чистой тряпочкой. Кровотечение из раны прекращается достаточно быстро, а рана заживает в 3—5 дней без следа травмы. Большие раны заживают более 5 дней, но все равно быстро.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают для орошений и примочек.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка, применяют для примочек, орошений и компрессов.

41. Мед пчелиный — 100 г, 15%-ное прополисное масло — 100 г.

Сбор смешивают на водяной бане путем прогрева и промешивания до образования однородной массы, применяют в виде повязок при свежих и долго не заживающих ранах.

42. Сок из листьев *алоэ* — 1 часть, мед центробежный — 5 частей, порошок из почек *тополя* — 2 части. Смешивают путем прогрева на водяной бане, промешивая до полного охлаждения. Используют в виде повязок при гнойных и труднозаживающих ранах.

43. Корня *гравилата городского* — 20 г, коры молодых ветвей *дуба обыкновенного* — 10 г, травы *зверобоя обыкновенного* — 20 г, соцветий *календулы обыкновенной* — 10 г, почек *тополя* — 30 г.

Сбор превращают в порошок, тщательно промешива-

ют, настаивают на кислом молоке, взбалтывая до образования сметанообразной массы, час и используют для повязок на гангренозную поверхность с заменой повязки по мере высыхания предыдущей.

44. Травы *горца птичьего* — 10 г, коры *дуба обыкновенного* — 10 г, листьев *крапивы двудомной* — 10 г, листьев *омелы белой* — 15 г, почек *тополя* — 20 г, травы *тысячелистника* — 20 г, цветков *яснотки белой* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и используют для обмываний, примочек и компрессов при гангренозных, гнойных и труднозаживающих ранах.

45. При тяжелых ранениях и травмах важно, чтобы травматолог правильно вправил суставы, удалил из раны инородные тела. Забинтуйте рану толстым слоем бинта и обильно полейте его своей теплой мочой, используя как компресс, а по мере высыхания увлажняйте снова, допускается старой, но подогретой мочой больного. В процессе лечения компресс разбинтовывать не следует, достаточно того, что он будет постоянно влажным и теплым от мочи больного. В дальнейшем, для ускорения заживления даже тяжелых травм, больному следует перейти на голодную терапию, принимать внутрь только по 2/3—1 стакану своей мочи и отстоянной воды в течение 1—2 недель.

При таком методе лечения раны и травмы, доведенные ранее до гангренозных состояний, заживают достаточно быстро, не оставляя даже следов.

✚ **РЕВМАТИЗМ** — аллергическое, инфекционное, иммунологическое или наследственное заболевание воспалительного характера.

1. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при ревматизме и сердечных заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и применяют по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

2. Молодые ветки и листья *багульника болотного* в виде настоя принимают внутрь при простуде, ревматизме, «колтуне» («колтун» — палесская болезнь, сродни ревматизму), заболеваниях дыхательных путей и др.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу): по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 5—6 раз в день до еды.

3. Кору корня или корень *барбариса обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при активной сердечной и сосудистой форме ревматизма у детей и взрослых.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу): взрослые — по 2—3 ст. ложки, дети — по 1—2 чайных 3—5 раз в день, лучше до еды.

4. Семена *белены черной* в виде мази используют для растирания больных мест как болеутоляющее средство при ревматизме, невралгиях.

Мазь: 30 г порошка из семян настаивают 7—10 дней в 1/2 стакана теплого подсолнечного масла, периодически взбалтывая, и применяют наружно.

5. Почки *березы белой* в виде настойки принимают внутрь при остром ревматизме.

Настойка: 50 г измельченных почек настаивают 10 дней в 0,5 л 40°-ного спирта и принимают по чайной ложке настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды, этой же настойкой натирают больные места.

6. Листья и семена *болиголова крапчатого* в виде настойки используют для натирания больных мест при ревматизме, подагре.

Настойка: 20%-ная из семян и листьев на 70°—40°-ном спирте.

7. Цветки *бузины черной* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное и кровоочистительное средство при артритах, подагре и ревматизме.

Настой: 2—3 ст. ложки цветков настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

8. Траву *буквицы лекарственной (черной)* в виде настоя принимают внутрь при ревматизме, подагре и радикулите.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л

кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $2/3$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Корни *василистника малого* (*пылюшника малого*) в виде настоя используют для припарок или компрессов при ревматических и суставных болях.

Настой: 3 ст. ложки корней настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка, подогревают.

10. Траву и корни *верблюжьей колючки* (*перекати-поле*) в виде настоя используют для ванн при суставных болях и ревматизме.

Настой: 200 г сырья настаивают 2—3 часа в ведре кипятка, подогревают.

11. Цветущие ветки *вереска обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь и используют для ванн при ревматизме, отеках ног вследствие заболеваний сердца и почек.

Настой для приема внутрь: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по $1/4$ — $1/3$ стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Настой для ванн: 100—150 г сырья настаивают 2—3 часа в ведре кипятка, подогревают.

12. Свежие листья (реже сухие) *ветреницы лютиковой* в виде настойки используют для втираний на больные места при радикулите и ревматизме.

Настойка: 30 г листьев в измельченном виде настаивают 5—7 дней в 200 мл 70°—40°-ного спирта, применяют наружно.

13. Цветущие ветки *волчегородника обыкновенного* в виде настойки или мази используют для втираний на больные места как болеутоляющее средство при ревматических, подагрических и невралгических болях.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, применяют для растираний.

Мазь: жировую основу (жир, масло) разогревают, смешивают 1 : 1 с настойкой, выпаривая спирт, промешивают, по остывании мазь готова.

14. Траву *гармалы обыкновенной* (*могильника*) в виде настоя для ванн используют для лечения ревматизма и кожных заболеваний.

Настой: 200 г травы настаивают 2 часа в ведре кипятка, подогревают.

15. Траву *горецвета кукушкина* в виде настоя или настойки принимают внутрь как потогонное и противоревматическое средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

16. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь при ревматизме и мышечных болях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

17. Корень *дремы белой* (белый корень) в виде настоя принимают внутрь при суставном ревматизме, заболеваниях почек и бессоннице.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Корневища и корни *дягиля лекарственного* или *дягиля низбегающего* в виде настойки используют для растираний больных мест при ревматизме и др. заболеваниях.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, настаивают 7—10 дней.

19. Траву *зигаденуса сибирского* или *элегантного* в виде настойки используют для растираний больных мест как обезболивающее средство при ревматизме и невралгиях.

Настойка: 50%-ная на 70°—40°-ном спирте, настаивают 7—10 дней.

20. Траву *зизифоры клиноподиевидной* в виде настойки используют для растираний больных мест как противопростудное и противоревматическое средство.

Настойка: 50%-ная на 70°—40°-ном спирте, настаивают 10 дней.

21. Кору *ивы* (чаще *ивы козьей*) в виде настоя принимают внутрь при хроническом ревматизме, как противопопро-

студное средство при заболеваниях дыхательных путей, лихорадке и малярии.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

22. Кору молодых ветвей и плоды *каштана конского* (обыкновенного) в виде настоя или настойки принимают внутрь при суставном ревматизме и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

23. Траву *клевера ползучего* в виде настоя используют при ревматизме и др. опухлях в суставах.

Настой: 150—200 г травы настаивают 2 часа в ведре кипятка, подогревают.

24. Корни *крапивы двудомной* или *жгучей* в виде настойки используют для растираний больных мест при ревматизме и др. заболеваниях.

Настойка: 30—50%-ная на 70°—40°-ном спирте, настаивают 7—10 дней.

25. Корень (реже траву) *лабазника вязолистного* (*таволги*) в виде настоя принимают внутрь, а мазь из него втирают наружно при поражении мышц и суставов ревматизмом.

Настойка: 1—2 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

Мазь: 1 часть порошка из корня смешивают путем прогрева с 5 частями сливочного (несоленого) масла, промешивают до полного остывания основы.

26. Плоды *лавра благородного* (*лаврового дерева*) в виде мази (бобковая мазь) используют для натирания больных мест как болеутоляющее средство при ревматизме.

Мазь: 30—50 г порошка из плодов смешивают путем прогрева с 200 мл подсолнечного масла, настаивают, периодически взбалтывая, в течение месяца.

27. Траву *лапчатки серебристой* в виде настоя прини-

мают внутрь как кровоочистительное средство при ревматизме и мн. др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают в духовке 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

28. Корень *лопуха большого* и др. видов в виде настоя или отвара и мази используют для лечения ревматизма одним из двух способов.

1-й способ: готовят настой для приема внутрь из ст. ложки корней лопуха болотного, настаивают 2—3 часа в стакане кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют больного глотками, сколько выпьет, можно все, но не сразу. Пока он пьет, готовят настой для компресса из 10 ст. ложек корня этого лопуха на ведро кипятка, настаивают 2—3 часа, подогревают и в теплый настой опускают сложенную в 3—5 слоев простыню такой ширины, чтобы она покрывала тело от подмышек до щиколоток ног, слегка выжимают и влажной, теплой простыней укутывают больного. Между ногами прокладывают другое влажное от настоя полотно или полотенце, чтобы ноги не соприкасались. Сверху компресс накрывают сухой простыней, потом пропарафиненной бумагой и тонким шерстяным одеялом. Закрепляют булавками и оставляют на 2 часа пропотеть. Если больной уснет, не следует его будить. Компресс можно снять после пробуждения. Подобную процедуру делают на ночь, исцеляя непрерывно рецидивирующий ревматизм, как правило, с прекрасным результатом.

2-й (оригинальный) способ: мазью из корня (лучше свежего) лопуха большого натирают пораженные мышцы и суставы, ложатся в бане на нары с постоянно усиливающимся паром, и там в течение 30 минут больной пьет небольшими глотками теплый настой из корня лопуха, как рекомендовано в первом способе, всего один стакан. Через 15—20 минут на теле больного обильно выступает пот. Он остается на нарах, пока не станет сухим, при этом жажду утоляют сывороткой из молока. Сойдя с нар, больной вновь натирает больные мышцы и суставы той же мазью, обкладывает их ватой или клеит и забинтовывает. Делают эту процедуру на ночь. Лече-

ние дает хороший терапевтический эффект при упорном хроническом ревматизме.

Мазь: 2 ст. ложки перетертого корня заливают 2 стаканами воды, варят, пока останется половина жидкости, и смешивают 1 : 1 путем растапливания свиного внутреннего жира. Закрывают крышкой, замазывают под крышкой тестом и ставят на несколько часов в духовку. С оставшейся загустевшей массы сливают воду, если она есть, хорошо промешивают, и мазь готова.

29. 20 г *красных и черных муравьев* высыпают в темную бутылочку, заливают 50 мл 96°—70°-ного спирта, закрывают и настаивают 3 дня в темном и теплом месте, затем добавляют 20—25 мл теплой кипяченой воды и настаивают еще 2 дня. Фильтруют, отжимают муравьев и используют муравьиный спирт для натирания больных мест при ревматизме и параличе.

30. Сок из зрелых плодов *огурца бешеного* используют для растирания больных мест при ревматизме и невралгиях, но с большой осторожностью.

Сильный яд!

31. Шишки или кору молодых ветвей *ольхи клейкой* в виде настоя или настойки принимают внутрь как противопростудное и противоревматическое средство.

Настой: ст. ложку измельченного сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

32. Почки *осины обыкновенной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно как кровоочистительное средство при ревматизме, подагрических поражениях суставов и как болеутоляющее средство — наружно.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Наружно сгущенный настой из коры молодых ветвей осины используют для компрессов или ванн.

33. Корневища *осоки песчаной* в виде настоя принима-

ют внутрь как кровоочистительное, противопростудное и потогонное средство при ревматизме, подагре.

Настой: 1—2 ст. ложки корневищ настаивают 2—3 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

34. Почки *осоко́ря черного (тополя)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как кровоочистительное и противопростудное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 2 ст. ложки измельченных почек настаивают 2—3 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25—50%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

35. Траву *очного цвета пашенного* в виде сгущенного и горячего настоя используют для компрессов на больные места при мышечном и суставном ревматизме.

Настой: 50%-ный, настаивают 2 часа, подогревают.

36. Свежий корень *переступня белого* или *переступня обыкновенного (адамов корень)* в виде настойки принимают каплями внутрь и используют для растирания больных мест при болях в суставах, костях, ревматизме, радикулите и невралгиях.

Настойка: 1 часть свежеперетертого корня настаивают 10 дней в 3 частях 70°—40°-ного спирта, принимают внутрь по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды, этой же настойкой пользуются наружно.

37. Внутреннюю часть стебля (или «вату»), корзинки *подсолнечника обыкновенного* в виде настойки используют для растирания больных мест при ревматизме.

Настойка: 50%-ная на 70°—40°-ном спирте.

38. *Прополис* в чистом виде или в виде настойки принимают внутрь как более активное кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови и организма в целом.

Чистый прополис принимают по 5—7 г, продолжитель-

но жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до или после еды.

Настойка: 25%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день за час до или после еды.

39. Траву *прострела раскрытого* (*сон-траву луговую*) в виде настоя принимают внутрь, а настойку используют наружно при ревматических и суставных болях.

Настой: чайную ложку травы настаивают сутки в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке настоя через каждые 2—3 часа.

Строгая дозировка! Ядовито!

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, используют для растирания больных мест.

40. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как более эффективное противоревматическое средство.

Настой: 4—5 ст. ложек корневищ настаивают ночь в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

41. Корень *репешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при хроническом, запущенном ревматизме и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

42. Траву *синяка обыкновенного* (*румянки*) в виде настоя используют для компрессов при ревматизме и мышечных болях.

Настой: 50%-ный, настаивают 2—3 часа и в горячем виде (но не обжигающий) применяют.

43. Почки и цветки *сирени обыкновенной* в виде настойки принимают внутрь и используют для растирания больных мест при болях в суставах и ревматизме.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают внутрь по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды, наружно этой настойкой делают растирания больных мест или ставят компрессы на них.

44. Листья *смородины черной* в виде настоя принимают

внутри как средство, способствующее выведению из организма мочевой и щавелевой кислот и облегчающее состояние больных ревматизмом и подагрой.

Настой: 2—3 ст. ложки листьев настаивают 4—5 часов в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

45. Почки и хвою *сосны обыкновенной (лесной)* в виде настоя для ванн и компрессов используют при ревматических и подагрических болях.

Настой: 200 г сырья настаивают 3—4 часа в ведре воды, подогревают и используют для ванн или компрессов.

46. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как более активное кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови, ревматизме и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

47. Листьев *белены черной* — 5 г, почек *березы* — 20 г, корня *лопуха* — 20 г.

Настойка: весь сбор в виде порошка настаивают 1—2 суток в 0,5 л 40°-ного спирта. Используют как болеутоляющее средство при сильных ревматических болях в виде растираний, примочек или компрессов на больные места и суставы.

48. Почки *березы*, корня *лопуха* — по 35 г, стручков *перца красного* — 10 г.

Настойка: весь сбор в виде порошка настаивают 1—2 суток в 0,5 л 40°-ного спирта, добавляют стакан меда, тщательно промешивают и используют как растирку больных мест при простуде, ревматизме и невралгиях.

49. Кору *ивы*, корня *мыльнянки*, побегов *пслена сладко-горького*, корня *стальника колючего* — поровну.

Отвар: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды как противоревматическое средство.

50. Корня *барбариса обыкновенного*, корня *девясила*, корня *лопуха*, корня *окопника*, корневищ *осоки черноколосковой* — поровну.

Настойка: 4—5 ст. ложек сбора настаивают 12 суток в литре 40°-ного спирта и принимают по ст. ложке настойки 3—5 раз в день до еды при ревматизме.

51. Листьев *березы* — 10 г, цветков *бузины черной* — 20 г, корня *лопуха* — 40 г, шишек *ольхи черной* — 10 г, почек и цветков *сирени* — 20 г, листьев *смородины черной* — 20 г, корневищ *пырея* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 30 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают в горячем виде. Одновременно делают компресс из этого настоя, приготовление которого см. в № 28 этого раздела — 1-й способ. При непрерывно рецидивирующем ревматизме такое лечение даст, как правило, прекрасный результат.

52. Корня *лопуха большого* — 20 г, листьев *ореха грецкого* — 10 г, почек *тополя* — 15 г, листьев *смородины черной* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как более активное кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

53. При тяжелой форме ревматизма народная медицина использует и такой метод лечения.

Стеклянную банку наполняют свежими чистыми *земляными червями*, заливают их водкой, пока не покроется верхний слой червей, закрывают плотной бумагой (а не плотной крышкой) и завязывают шнурком. Настаивают в теплом месте 1—2 недели, промешивают и этой смесью натирают пораженные ревматизмом места, обычно на ночь, перед сном.

54. При ревматизме любых органов и систем, когда мн. рекомендации больным были испробованы, а результат лечения не удовлетворяет, следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но тщательно проведенной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

55. При ревматизме любых органов и систем, когда вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы, рекомендуем *уринотерапию*, достаточно быстро очищающую и исцеляющую весь организм независимо от тяжести заболевания при условии полного соблюдения всех ее несложных правил.

Больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по $2/3$ —1 стакану 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают продолжительный массаж (натираие) всего тела больного (от шеи и до подошв ног) в течение двух и более часов теплой мочой его 2 раза в день. После массажа на тело ставят теплые компрессы из сложенной в 3—5 слоев простыни или льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой больного, как рекомендовано в № 28 (1-й способ лечения). Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, а по мере высыхания увлажняют снова и держат продолжительное время или до следующего массажа.

Если для растирания тела количества мочи у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, допускается и старую, но подогретую, но для компрессов подходит только моча больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—3 недели, а при очищенном до этого кишечнике — намного меньше и, как правило, с прекрасным результатом.

После продолжительного лечения голодом больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соки, можно с медом по вкусу, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

56. При ревматизме любых органов, когда мн. рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, необходимо делать инъекции его стерилизованной мочи по 1—3 мл (детям, соответственно их возрасту, — по 0,3—0,5 мл) 4—6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и тем, кто принимает свою мочу на фоне поста (см. № 55). Они намного ускорят выздоровление.

✦ РЕГЕНЕРАТИВНЫЕ СРЕДСТВА (способствующие восстановлению поврежденных тканей).

1. Свежие измельченные листья *алоэ древовидного* или сок из них используют для повязок как ранозаживляющее и регенеративное средство при долго не заживающих ранах с сильными болями.

2. Свежеистолченные листья *будры плющевидной* используют для повязок при переломах и др. повреждениях костей как средство, способствующее регенерации поврежденных костных тканей.

Перетирают свежие листья в сметанообразную массу и прикладывают к больным местам, закрепляя бинтом. В зимнее время порошок из сухих листьев используют как свежие листья.

3. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно как болеутоляющее, ранозаживляющее и регенеративное средство при переломах и др. повреждениях костей.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды. Одновременно делают повязки из сгущенного настоя на места травм.

4. Все растение (листья и корни) *крапивы двудомной* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно как кровоостанавливающее и регенеративное средство, ускоряющее регенерацию поврежденных тканей и заживление ран.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Для наружного применения используют более сгущенный настой для компрессов и примочек.

5. Корневища без корней и траву *лапчатки прямостоячей* в виде отвара принимают внутрь при остро протекающем воспалении, циррозе печени в отечноасцитической стадии и др. ее заболеваниях как болеутоляющее, лечебное и регенеративное средство.

Отвар 1: 5 г травы и 2 г корневищ кипятят 15 минут в

стакане воды, настаивают 20 часов, добавляют ст. ложку меда и принимают по $1/3$ теплого отвара 3—4 раза в день до еды.

Отвар 2: ст. ложку травы и чайную ложку корневищ кипятят 30 минут в 0,5 л воды, настаивают 2—3 часа, добавляют по вкусу мед и принимают по $1/3$ — $1/2$ стакана теплого отвара 3—4—5 раз в день до еды. Одновременно ограничивается прием жидкости до 500—600 мл в сутки при циррозе печени в отечноасцитической стадии. Терапевтический эффект наступает на 8—10-й день.

6. Мед центробежный (лучше темного цвета) принимают внутрь как регенеративное средство при дегенеративных заболеваниях печени. Мед повышает обезвреживающую функцию печени при инфекционной желтухе, гепатите.

Принимают мед по 80—120 г в сутки, разделив на три порции, лучше с яблочным соком, теплой кипяченой водой или молоком.

7. Корень *окопника лекарственного* в виде отвара или настойки используют наружно и принимают внутрь как регенеративное средство, стимулирующее рост клеток и восстановление тканей при повреждении костей и мышц.

Отвар: ст. ложку корней варят 10 минут в стакане воды, настаивают час и применяют наружно для полосканий, припарок и компрессов.

Настойка: 1 часть корня настаивают 5—7 дней в 5 частях 40°-ного спирта, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

8. Свежеистолченные листья *подорожника большого* или *ланцетного* используют для повязок как обезболивающее, ранозаживляющее и активное регенеративное средство при гангренозных, инфицированных и свежих ранах.

9. *Прополис* в чистом виде, в виде спиртовой или масляной вытяжки принимают внутрь и используют наружно как одно из активнейших регенеративных средств при заболеваниях и повреждениях внутренних органов и кожного покрова. Его принимают при абсцессах, гангреноз-

ных состояниях и др. тяжелых заболеваниях внутренних органов, конечностей и кожного покрова.

Чистый прополис принимают внутрь по 4—6 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 30%-ная на 96°—70°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день до еды.

15%-ное прополисное масло принимают внутрь по ст. ложке, намазав на хлеб и запивая 1/2 стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день до еды. Наружно эти препараты используют для повязок.

10. Корень и траву *репешка обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное и регенеративное средство, способное восстанавливать функцию печени при хронических ее заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Плоды *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь и используют наружно для лечения и профилактики различных кровоизлияний, как регенеративное средство при механических и других повреждениях тканей.

Порошок из плодов принимают по 0,3—0,5 г (1/4 чайной ложки) 3—5 раз в день, запивая теплым настоем из плодов шиповника, до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—5 раз в день до еды. Эту настойку в виде орошения или повязок используют, меняя 1 раз в день.

12. Почki *тополя черного (осоко́ря)* в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно как болеутоляющее, ранозаживляющее и регенеративное средство при гангренозных ранах конечностей и абсцессах внутренних органов.

Настой: 2—3 ст. ложки измельченных почек настаива-

ют 2—3 часа в 0,5 л кипятка, используют для обмываний, ванн и компрессов на больные конечности.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды, наружно используют для орошений, примочек или компрессов.

13. Траву (соцветия и листья) *тысячелистника обыкновенного* в виде свежеприготовленной травы, настоя или настойки используют наружно как более эффективное кровоостанавливающее, регенеративное и ранозаживляющее средство при свежих, гнойных и гангренозных ранах.

Свежеперетертую траву прикладывают к ране, закрепляют бинтом или чистой тряпочкой. Кровотечения из раны прекращаются достаточно быстро, и рана заживает за 3—5 дней, часто без следа. Большие раны заживают более 5 дней, но все равно достаточно быстро.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, применяют для обмываний, примочек и орошений.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка. Применяют для примочек, орошений или компрессов.

14. Траву *чистотела большого* в виде свежеприготовленного сока или настоя используют наружно как болеутоляющее и регенеративное средство при повреждениях кожи.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, применяют для обмываний травмированных мест, примочек или компрессов.

15. При всех ранениях, больших и малых, как болеутоляющее, ранозаживляющее и регенеративное средство с успехом используют *уринотерапию*. Обмыть поврежденную поверхность своей мочой, забинтовать толстым слоем бинта или льняного полотна и обильно промочить своей, допускается старой, но подогретой мочой, а по мере высыхания увлажнять ее снова. Важно, чтобы рана была всегда влажной и теплой от мочи больного. Разбинтовывать рану без необходимости не следует. Уринотерапия сама достаточно быстро исцелит поврежденную поверхность, без вмешательства извне, не оставив следов от бывшего повреждения.



✚ **СЕРДЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ** (см. также разделы «Атеросклероз», «Инфаркт», «Кардиосклероз» и др.)

1. *Арбуз столовый* используется в лечебном питании при сердечно-сосудистых заболеваниях, малокровии и как сильное мочегонное средство.

2. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя с успехом используют при хронической сердечной недостаточности, сопровождающейся тахикардией, стенокардией, отеках и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Листья *березы белой* в виде настоя принимают внутрь при отеках сердечного и почечного происхождения.

Настой: 3 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Цветки, плоды *боярышника обыкновенного* в виде жидкого экстракта или настойки принимают внутрь как стимулирующее и тонизирующее средство при функциональных расстройствах сердечной деятельности, сердечной слабости и чувстве тяжести в области сердца.

Экстракт из плодов: 15%-ный на 70°-ном спирте, принимают по 30—50 капель экстракта на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

Настойка из цветков: 25%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

5. Корень *валерианы лекарственной* в виде настоя или

настойки принимают внутрь при нарушениях деятельности центральной нервной системы (нервном возбуждении, истерии или бессоннице), сердечно-сосудистых неврозах, стенокардии, сильных сердцебиениях и др. недугах.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя (детям по чайной ложке) 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают внутрь по 1/2 чайной ложки настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

6. Верхушки цветущих веток *вереска обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при повышенном нервном возбуждении, бессоннице, отеках ног вследствие заболеваний сердца и почек.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Порошок из семян *горчицы сарептской* в виде горчичников используют для рефлекторного воздействия на функцию кровообращения при гипертонических кризах, угрожающем инсульте и стенокардии.

Увлажненные горчичники прикладывают на грудь, область сердца и затылка.

8. Траву *желтушника серого* и др. видов (иногда с семенами) в виде настоя или настойки принимают внутрь как самый активный сердечный гликозид при острой и хронической сердечно-сосудистой недостаточности II и III степени с тяжелыми нарушениями кровообращения, стенокардии, вегетативных неврозах и др. сердечных заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка из цветов и семян (травы): 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку кипятка 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

Противопоказаны препараты желтушника при резких

органических изменениях сосудов сердца, остром миокарде, эндокарде, сильном атеросклерозе.

9. Корень *заманихи высокой* в виде настойки принимают внутрь как стимулятор центральной нервной системы при гипотонии, астенических и депрессивных состояниях.

Настойка: 50%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают внутрь по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплого чая или кипятка 2—3 раза в день до еды.

10. Траву *юзника европейского* в виде настоя принимают внутрь при приступах сердцебиения, нарушениях ритма сердца (экстрасистолии), эндокардите и сердечной слабости.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Мужские соцветия *ивы козьей* в виде настоя или настойки принимают внутрь при неврозах сердца и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают час в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

12. Корень *крестовника широколистного* в виде настойки принимают внутрь при стенокардии, резких болях за грудиной и др. заболеваниях.

Настойка: 25%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки в 1/2 стакана теплой кипяченой воды не более 3 раз в день до еды.

13. *Кукурузные рыльца* (волос) в виде настоя с медом принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии и отеках сердечного происхождения.

Настой: 2 ст. ложки мелко измельченных рылец настаивают 3—4 часа в стакане кипятка, подогревают, смешивают настоем 1 : 1 с медом и принимают по чайной или ст. ложке смеси в 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—4 раза в день до еды.

14. Листья до цветения, цветки *ландыша майского* в виде

настоя или настойки принимают внутрь при неврозах сердца, острой и хронической сердечной недостаточности, особенно с выраженными нервными явлениями (нервном потрясении и бессоннице), головных болях и головокружении.

Настой: чайную ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по ст. ложке настоя через каждые 2 часа.

Настойка: 15%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

15. Плоды (орехи) *лещины обыкновенной* показано применять в диетотерапии при атеросклерозе и его последствиях — инфаркте сердца и мозга.

Ограничений к приему орехов нет, важно продолжать их принимать.

16. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь (последнее хуже) при стенокардии (грудной жабе), после перенесенного инфаркта и при др. сердечных заболеваниях, анемии, гипотонии и заболеваниях, истощающих организм.

Применение: свежее молочко, 20—30 мг (на кончике ножа), 3—5 раз в день за час до еды кладут под язык и держат до полного растворения.

Смесь: 10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, 1/4 чайной ложки этой смеси кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды.

Чайную ложку смеси смешивают с 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка и выпивают 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 1 часть молочка смешивают с 20 частями 40°-ного спирта и принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

17. *Мед* благодаря своему витаминному составу при регулярном его приеме расширяет кровеносные сосуды сердечной мышцы, усиливает приток кислорода в ткани и улучшает ее работу.

Принимают мед небольшими порциями регулярно по ст. ложке 3—4 раза в день с теплым молоком, соками фруктов или овощей, чаем или кипятком, лучше до еды.

18. Траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как средство, стимулирующее функцию центральной нервной системы, при сердечных заболеваниях, тахикардии, болях в сердце и одышке.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—25 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

19. Листья *наперстянки красной (пурпуровой)* в виде настоя или порошка принимают внутрь при хронической сердечной недостаточности II и III степени, возникшей на почве клапанных пороков сердца, сильном атеросклерозе и гипертонии.

Настой: 1/2—1 чайную ложку листьев настаивают час в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки взрослым, по чайной ложке детям 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка! Растение ядовито!

Порошок из листьев взрослым по 0,05—0,1 г на прием, запивая теплой кипяченой водой, суточная доза до 0,5 г.

20. Кору *обойника греческого* в виде настойки принимают внутрь при сердечно-сосудистой недостаточности I и II степени, пороках митрального клапана как средство, улучшающее сердечную деятельность, урежающее пульс, увеличивающее диурез и уменьшающее отеки.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

21. Траву *ортосифона тычиночного (почечный чай)* в виде настоя принимают внутрь при сердечной недостаточности, сопровождающейся отеками и др. недугами.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

22. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более эффективное средство при нервных заболеваниях, сердечно-сосудистых неврозах, кардиосклерозе, декомпенсированных пороках и др. сердечных заболеваниях. Препараты пустырника особенно полезны курильщикам, страдающим болезнью сердца (миокардиопатия на почве никотинизма), и невротикам.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

23. Траву *сочевичника весеннего* в виде настоя принимают внутрь как болеутоляющее средство при болях в области сердца.

Настой: 1/2 чайной ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Строгая дозировка!

24. Цветочные корзинки и листья без колючек *татарника колючего* в виде настоя принимают внутрь как кардиотоническое средство при гипотонии, сердечной слабости и неврозе.

Настой: ст. ложку сырья (колючки обрезают) настаивают 4 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки или 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

25. Черенки (плодоножки) *тыквы столовой* в виде порошка или отвара принимают внутрь как сильное мочегонное средство при отеках любого происхождения.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой, до еды, ограничивая другие жидкости.

Отвар: 2—3 измельченных черенка (15—20 г) кипятят 15 минут в 2 стаканах воды и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды, ограничивая прием других жидкостей.

26. При атеросклерозе, гипертонии, миокардите, по-

роке и др. заболеваниях сердца используют настойку чеснока, которую принимают по гомеопатической схеме продолжительное время.

Приготовление и прием: 200 г чеснока быстро очищают от шелухи и перетирают через мелкую терку. Перетертую массу кладут в бутылку темного цвета и заливают 200 мл 96°-ного спирта, настаивают 10 дней. Фильтруют через плотное льняное полотно и принимают настойку каплями с 50 мл теплого свежего молока, как рекомендовано ниже. Другие жидкости для приема не подходят.

Принимают смесь за 20—30 минут до еды в следующем порядке: 1-й день — 1 каплю настойки с молоком до завтрака, 2 капли до обеда, 3 капли до ужина; 2-й день — 4 капли до завтрака, 5 капель до обеда, 6 капель до ужина; 3-й день — 7, 8, 9 капель, до 15 капель к концу 5-го дня. На 6-й день снижают прием капель — 15, 14, 13 — и так доводят до 1 капли перед ужином. На 11-й и последующие дни принимают по 25 капель настойки в 50 мл теплого свежего молока 3 раза в день до еды, пока не будет выпита вся настойка. Повторение курса лечения возможно только через 3—5 лет.

Противопоказаны препараты чеснока при гиперацидных гастритах.

27. Корневища с корнями *шлемника байкальского* или *колпачкового* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечно-сосудистых неврозах, болях в области сердца, остром ревматизме, повышенной возбудимости, гипертонии и бессоннице.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

28. Плодов *боярышника обыкновенного* — 20 г, плодов *шиповника обыкновенного* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 10—12 часов в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) за день глотками при нервном сердцебиении, сопровождающемся бессонницей.

29. Корня валерианы лекарственной — 15 г, листьев мяты перечной — 15 г, травы тысячелистника обыкновенного — 50 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 3 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками при нервном сердцебиении, сопровождающемся бессонницей.

30. Цветков боярышника обыкновенного — 50 г, травы горца птичьего — 30 г, побегов хвоща полевого — 20 г.

Настой: 2 чайные ложки сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды при сердечной слабости и атеросклерозе.

31. Травы лапчатки гусиной — 30 г, листьев Melissa — 40 г, травы пустырника — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при дистрофии миокарда.

32. Листьев березы белой — 25 г, травы горицвета — 25 г, корня стальника полевого — 25 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при отеках сердечного происхождения.

33. Корня валерианы — 15 г, травы зверобоя обыкновенного — 15 г, листьев Melissa — 10 г, травы тысячелистника обыкновенного — 15 г.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают внутрь (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды при неврозах сердца и приступах сердцебиения.

34. Корня валерианы лекарственной — 40 г, цветков ландыша — 10 г, листьев мяты перечной — 30 г, плодов фенхеля — 20 г.

Приготовление настоя и его прием — см. № 33. при неврозах сердца, приступах сердцебиения, миокардите и др. заболеваниях.

35. Корня валерианы лекарственной — 30 г, листьев Melissa — 30 г, травы тысячелистника — 20 г, шишек хмеля обыкновенного — 20 г.

Приготовление настоя и его прием — см. № 33, как успокаивающий сбор при сердечном неврозе.

36. Корня *валерианы* — 15 г, листьев *мяты перечной* — 15 г, травы *пустырника* — 15 г, травы *тысячелистника обыкновенного* — 20 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при нервном возбуждении, нервном сердцебиении и бессоннице.

37. Травы *горца птичьего* — 10 г, травы *мелиссы* — 15 г, травы *пустырника* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при атеросклерозе, гипертонии, сердечной недостаточности, нервном возбуждении и бессоннице.

38. Травы *астрагала нушистоцветкового* — 30 г, травы *желтушника малого* — 10 г, травы *пустырника сердечного* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при аритмии, миокардите и др. заболеваниях сердца.

39. Цветков *боярышника* — 20 г, травы *желтушника малого* — 5 г, травы *пустырника* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г, травы *яснотки белой* — 20 г.

Приготовление настоя и его прием — см. № 38, при аритмии, миокардите, миокардиосклерозе и др. заболеваниях сердца.

40. Цветков *боярышника* — 30 г, цветков *ландыша* — 25 г, травы *мелиссы* — 30 г, травы *пустырника* — 25 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Приготовление настоя и его прием — см. № 38. При сердечной слабости, неврозах сердца, нервных расстройствах и головной боли.

41. Травы *барвинка малого* — 20 г, цветков *боярышника* — 25 г, цветков *ландыша* — 15 г, всего растения *споры-*

ша — 25 г, побегов *хвоща полевого* — 25 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Приготовление настоя и его прием — см. № 38. При атеросклерозе, гипертонии, кардиосклерозе и др. сердечных заболеваниях.

42. Травы *горецвета* — 20 г, травы *горца птичьего* — 40 г, цветков *ландыша* — 10 г, травы *пустырника* — 20 г, травы *сушеницы болотной* — 30 г.

Приготовление настоя и его прием — см. № 38. При гипертонии, пороке сердца, стенозе аорты и др. сердечных заболеваниях.

43. Цветков *боярышника* — 30 г, травы *желтушника* — 10 г, травы *пустырника* — 20 г, травы *фиалки трехцветной* — 30 г, плодов *шиповника* — 40 г. Приготовление настоя и его прием — см. № 38. При аритмии, миокардите, миокардиосклерозе и др. сердечных заболеваниях.

44. Цветков *боярышника* — 30 г, травы *горца птичьего* — 20 г, цветков *ландыша* — 10 г, травы *пустырника* — 30 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, плодов *шиповника* — 50 г. Приготовление настоя и его прием — см. № 38. При сердечной недостаточности, гастро-кардинальном комплексе, миокардите и др. сердечных заболеваниях.

45. При мн. сердечных заболеваниях с водянкой, отечностью живота и ног, когда мн. рекомендации были больным использованы, но результат лечения не удовлетворяет, необходимо провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но тщательно проведенной чистки результативность препаратов повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

46. При сердечных заболеваниях (инфаркт миокарда, порок, ревмокардит и др.), когда вышеперечисленные рекомендации не дают результата, больного переводят на вегетарианскую пищу или натуральные соки. Одновременно ему делают инъекции собственной стерильной мочи по 2—3 мл (детям по 0,3—0,5 мл) 3—5 раз в день, удобнее под кожу бедра. При отеках сердечного происхождения в рационе питания следует ограничить все жидкости, кроме рекомендованных выше.



❖ **ТИФ БРЮШНОЙ** — острое инфекционное заболевание, вызванное бактериями брюшного тифа. Источником заражения являются больные тифом, среда их обитания и предметы обихода. Выделяемые с их испражнениями возбудители инфицируют (заражают) предметы внешней среды, воду и пищевые продукты. Заражение может произойти контактным путем или через мух.

1. При тифе и др. острых инфекционных заболеваниях, когда возможен контакт с больным или окружающей его средой, в первую очередь необходимо предохранить себя от заражения этим заболеванием с помощью плотно закрывающей органы дыхания (нос и рот) *защитной маски*, состоящей из 3—5 слоев марли или 2—3 слоев чистого льняного полотна.

Если такая маска рассчитана на многократное использование, к следующему дню (удобнее будет на ночь) ее следует прокипятить в течение 10—15 минут, выстирать, высушить и прогладить. Она готова к повторному применению. При этом заболевании не будет лишним после стирки продезинфицировать эту маску настоем (произвольным по концентрации) из корневища *ира болотного*, молодой коры *ивы* (всех видов), настоем или настойкой из почек *осины обыкновенной*, можно *тополя черного*, *настойкой прополиса* или *чеснока посевного*, высушить, но лучше использовать влажную маску.

2. Траву *адониса (горицвета) весеннего* в виде настоя принимают внутрь в малых дозах при инфекционных (грипп, скарлатина, тиф и др.), сердечных и почечных заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в 2 ста-

канах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1 ст. ложке настоя (максимум) не чаще, чем через час.

Строгая дозировка! Ядовито!

Настой готовится ежедневно.

3. Корневища *аира болотного* в свежем виде продолжительно жуют, из сухого корневища готовят сгущенный настой или настойку для полоскания рта, дезинфицирования лица и рук во время эпидемии испанки, сыпного и брюшного тифа, холеры и др. инфекционных заболеваний.

Настой или настойку готовят максимальной концентрации, используют наружно.

4. Траву *барвинка малого* в виде настоя принимают внутрь при инфекционных расстройствах желудочно-кишечного тракта, поносах, дизентерии и др. заболеваниях как дезинфицирующее средство.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Кору корня, корни и листья *бархата амурского* в виде настоя принимают внутрь при инфекционных заболеваниях (дизентерия, тиф).

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды, при хорошей переносимости препарата дозу можно несколько увеличить.

6. Корневища (реже траву) *борщовника рассеченного* в виде настоя принимают внутрь при сильных поносах инфекционного происхождения, расстройствах деятельности желудочно-кишечного тракта.

Настой: 2—3 ст. ложки корневищ настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Траву *василистника простого (малого)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови (дизентерия, дифтерия, оспа, тиф, сифилис, сибирская язва и др.) и как общеукрепляющее средство.

Настой: ст. ложку травы или корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

8. Семена и корни *дурнишника обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь при обильном жидком стуле, поносах с кровью, дизентерии и др. заболеваниях.

Отвар: 3 ст. ложки измельченного сырья кипятят 10 минут в 3 стаканах воды и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

9. Траву и корень *дягиля лекарственного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при расстройстве пищеварительного тракта и как общеукрепляющее средство для истощенного организма.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

10. Кору молодых ветвей *ивы* (всех видов) в виде настоя принимают внутрь как вяжущее, дезинфицирующее, жаропонижающее и противовоспалительное средство при инфекционных заболеваниях (лихорадке, малярии, дизентерии, тифе).

Настой: 1—2 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—6 раз в день до еды или по 2 ст. ложки через каждые 2 часа.

11. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как антисептическое средство при инфекционных заболеваниях, спастических состояниях желудочно-кишечного тракта, длительно не прекращающейся рвоте и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2—1 чайной ложке настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

12. Корень *кермека Гмелина* в виде порошка или настоя принимают внутрь при поносах любого происхождения.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку порошка смешивают со стаканом теплой кипяченой воды и выпивают (каждый раз промешивая) в течение дня.

13. Сок из корнеплода лука *репчатого* и др. видов принимают внутрь и используют наружно как дезинфицирующее и лечебное средство при инфекционных заболеваниях больные и обслуживающий их персонал. Соком лука обслуживающий персонал смазывает лицо и руки и пропитывает ватные турундочки и закрывает ноздри. Принимают сок в чистом виде или в смеси с медом 1 : 1 без ограничения больные и окружающий их персонал.

14. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови (дизентерии, лихорадке, сифилисе, тифе, холере и др.).

Отвар: ст. ложку измельченного сырья настаивают 2 часа, кипятят 10 минут в стакане воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

15. Семена или свежие листья *подорожника большого* в виде настоя принимают внутрь при расстройстве и нарушениях слизистой в желудочно-кишечном тракте, кровавых и хронических поносах, дизентерии и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку измельченных семян настаивают 10—15 минут в 1/2 стакана кипятка и принимают все, не фильтруя, 2—3 раза в день до еды.

Настой из листьев: ст. ложку листьев настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Верхушки цветущего растения *полыни Ситникова* заваривают как чай и пьют без ограничения (можно с медом по вкусу) при лихорадке, тифе.

17. *Прополис* в чистом виде, в виде настойки или про-

полисного масла принимают внутрь как отличную добавку к ежедневной пище в случаях заразных инфекционных, эпидемических заболеваний как достаточно сильный антибиотик, антисептическое и кровоочистительное средство для всего организма.

Принимают чистый прополис по 10 г, продолжительно его жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды или после еды.

Настойка: 30%-ная на 70°-ном спирте, принимают по чайной ложке на 1/2 стакана теплого молока или чая 3—5 раз в день до еды.

15—25%-ное прополисное масло (на сливочной основе) принимают по ст. ложке на 1/2 стакана горячего молока или чая 3—5 раз в день до еды.

18. Листья или кору корня *рододендрона* (*золотистый, даурский, Адамса* и др.) в виде настойки принимают внутрь как активное бактерицидное средство при особо опасных инфекционных заболеваниях (тифе, холере, чуме и др.) и тонизирующего для истощенного организма.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

19. Траву *росянки длиннolistной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как бактерицидное средство при малярии, дифтерии, тифе и чуме.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Строгая дозировка! Большие дозы могут вызвать рвоту!

20. Почки *тополя черного (осоко́ря)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как достаточно сильный антибиотик при инфекционных заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают внутрь по 30—50 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

21. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

22. Травы *фиалки трехцветной*, травы *чистотела большого* — поровну.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови.

23. Корня *бузины травянистой*, травы *грыжника голого*, корня *мыльнянки*, травы *таволги вязолистной* — поровну.

Отвар: 2—3 ст. ложки сбора кипятят 10—15 минут в литре воды и пьют с медом по вкусу без ограничения как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови.

24. Листьев *ежевика сизой* — 20 г, соцветий *календулы* — 10 г, почек *тополя* — 10 г.

Настой: 3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды при поносах с кровью, катаре и других недомоганиях кишечника. Иногда этот настой помогает лучше других (более сложных) препаратов.

25. При тифе и др. особо опасных инфекционных заболеваниях, когда мн. вышеизложенные рекомендации для больного неприемлемы или результат лечения не удовлетворяет, следует обратить внимание на зашлакованность кишечника.

Для ускорения выздоровления больному в первую очередь необходимо избавиться от шлака, накопленного многими годами жизни, и начать следует с полной и тщатель-

ной очистки кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой тщательно проведенной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

26. При тифе, чуме и др. эпидемических заболеваниях, когда др. лечение малоэффективно или неприемлемо, больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по $\frac{2}{3}$ —1 стакану 3—5 раз в день его мочи и прополисной, а при отсутствии прополиса — отстоянной воды.

Ежедневно 2 раза в день ему ставят клизму из смеси 1:1 его мочи и теплой кипяченой воды — 1,5—2 л, подкисленной (если возможно) 2 ст. ложками яблочного уксуса. Необходимо добиться, чтобы вся эта жидкость входила в кишечник взрослого человека и выходила отработанной с отбросами.

Наружно (обязательное условие этой терапии) больному в теплой комнате делают растирание (массаж) всего тела, от шеи, до подошв ног, теплой мочой, взятой у здорового человека того же пола и смешанной с малой толикой мочи больного, 2 раза в день. После растирания полезно поставить компресс на грудь и живот в виде сложенной в 3—5 слоев простыни, обильно пропитанной теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофаном, потом укутывают, а по мере высыхания увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания; примерно 1, реже 2 недели, особенно с чисткой кишечника. Как правило, достаточно быстро и с прекрасным результатом лечения.

27. При брюшном тифе в любой форме, когда мн. рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, следует делать инъекции его стерилизованной мочи по 2—3 мл (детям — по 0,2—0,3—0,5 мл) 6 и более раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и тем, кто принимает на фоне поста свою мочу (см. № 25). Они намного ускорят действие др. рекомендаций и полное выздоровление.

✦ **ТРОМБОФЛЕБИТЫ** — воспаление вен с образованием сгустков крови (тромбов) при атеросклеротических проявлениях, инфекционных и др. заболеваниях крови, вызывающих повышение ее свертываемости и замедление тока, которые являются главной опасностью для организма при этом заболевании. Сгустки вен — это то, чего следует всегда остерегаться, т. к. они, оторвавшись от стенок, могут передвигаться по кровеносной системе, увеличиваясь в объеме, и в результате своей массой могут перекрыть сосуд в любом месте (конечности, бедре, легких и т. д.).

1. Цветки *акации белой (лжеакации)* в виде настойки используют наружно для легкого втирания на больные места при тромбофлебите как хорошее рассасывающее варикозные узлы средство.

Настойка: 50 г цветков настаивают 7—10 дней в стакане 40°-ного спирта.

2. *Баклажаны* имеют большое значение в лечебном питании. Употребление их в пищу полезно для профилактики и лечения атеросклероза, т. к. значительно (иногда до 50%) снижается содержание холестерина в крови и стенках сосудов и увеличивается выведение из организма с мочой солей мочево́й кислоты.

Принимают в неограниченном виде с минимальной термобработкой.

3. Траву *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе и тромбозе вен.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают по ст. ложке настоя через каждый час или выпивают весь настой за день маленькими глотками.

4. Стручки с семенами или траву *галеги лекарственной (козлятника)* в виде настоя принимают внутрь как антикоагулянт (противосвертывающее средство) крови при атеросклерозе, тромбофлебите.

Настой: чайную ложку измельченного сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Верхушки цветущего растения (цветки и листья)

гречихи посевной в виде чая принимают без дозировки при атеросклерозе и склерозе кровеносных сосудов, сопровождающихся усиленной проницаемостью и хрупкостью капилляров.

Чай: ст. ложку сырья смешивают с чайной ложкой измельченных плодов шиповника, настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) без ограничения.

6. Плоды *инжира* принимают внутрь для лечения тромбоэмболических и сердечных заболеваний.

Принимают плоды в свежем виде, в виде настоя или отвара на молоке.

Противопоказаны препараты инжира при сахарном диабете, воспалениях в желудочно-кишечном тракте и подагре.

7. Мелко перетертые листья *каланхоэ перистого* в виде настойки используют для легкого втирания на больные места при варикозном расширении вен.

Настойка: 50%-ная на 40°-ном спирте, настаивают неделю. Вечером в виде легкого массажа натирают ею ноги, начиная от стоп (снизу — вверх) как болеутоляющее и лечебное средство. Подобную процедуру производят регулярно 3—4 месяца подряд.

8. Кору молодых ветвей, цветки и плоды *каштана обыкновенного (конского)* в виде настоя или настойки принимают внутрь и используют наружно при атеросклерозе, варикозном расширении вен, тромбофлебите, а также как средство, уменьшающее вязкость крови и проницаемость стенок сосудов.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 2—3 ст. ложки коры настаивают 7—10 дней в 0,5 л 40°-ного спирта, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Настойка цветов или измельченных плодов: 50 г одного из компонентов настаивают 7—10 дней в 0,5 л 40°-ного спирта, принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Наружно при сильных болях используют последнюю настойку для легкого втирания на больные места (снизу вверх).

9. Кору молодых ветвей *лещины обыкновенной* в виде горячего настоя принимают внутрь при расширенных венах, перифлебитах, капиллярных геморрагиях и язвах голени.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и в теплом виде выпивают за день глотками как сосудосужающее и противовоспалительное средство.

10. Верхнюю часть гриба (красно-белый пигмент) *мухомора красного* в виде настойки принимают каплями внутрь при множественном склерозе и спазмах сосудов.

Настойка: 1 часть бело-красного пигмента настаивают 5—7 дней в 5 частях 40°-ного спирта, принимают по 5—10 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

11. Корни *опонника лекарственного* в виде мази используют наружно для легкого втирания при тромбофлебите, костном туберкулезе и других заболеваниях.

Мазь: свежеперетертый корень или порошок из сухого корня смешивают путем прогрева 1 : 1 со свиным или гусиным жиром до полного остывания основы.

12. При заболеваниях крови, сосудов, атеросклерозе, тромбофлебите, эндотериите как кровоочистительное средство используют и такой метод лечения.

Ежедневно, желательно 3 раза в день, задолго до еды, на протяжении 1—2 месяцев вы берете в рот ст. ложку чистого *подсолнечного масла* и энергичными движениями губ и щек гоняете масло во рту, особенно под языком, куда ближе всего подходит разветвленная сеть мелких кровеносных сосудов. Таким образом взбалтываете это масло в течение 15—20 минут, пока оно не станет белым, как молоко. Эту кипенно-белую массу выплевываете в унитаз или в яму, ни капли не глотая. После этого рот тщательно полощут теплой кипяченой водой.

В процессе этого метода лечения одновременно пользуются и другими средствами, рекомендованными в этом

разделе. Комплексный подход к лечению намного ускорит выздоровление.

13. Свежую траву (лучше майского сбора) *полыни горькой* в виде мелко перетертой массы смешивают 1 : 1 с простоквашей и в виде компрессов прикладывают к ногам, где вены сильно набухли.

14. Чистый *прополис* регулярно принимают внутрь как средство, улучшающее состав крови, делающее кровь менее вязкой и более чистой. Назначают его при перифлебитах, тромбофлебитах и запущенном атеросклерозе.

Принимают его по 4—5 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3 раза в день за час до еды.

15. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь для профилактики и лечения всех видов кровоизлияний, особенно при атеросклеротическом повреждении стенок сосудов.

Порошок из плодов принимают по 1/3 чайной ложки 3—5 раз в день, запивая теплым настоем из плодов шиповника.

Настойка: 20 г измельченных плодов или 30 г цветков настаивают 7 дней в 100 мл 70°-ного спирта, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплого настоя из плодов шиповника 3—5 раз в день до еды.

16. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя используют для компрессов на больные конечности при варикозном расширении вен.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка, подогревают и делают компрессы.

17. Свежеистолченные листья (колючки обрезают) и цветы *татарника обыкновенного* в виде сочной сметанообразной массы используют для компрессов на больные участки конечностей при тромбофлебите. Теплые компрессы делают на ночь, держа их 40 минут.

18. Уголь из *липы* или *тополя* в виде порошка принимают внутрь при запущенном атеросклерозе как средство, способствующее выведению холестерина из крови и стенок сосудов.

Принимают порошок по 1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

19. При варикозном расширении вен за каждой едой принимают стакан теплой кипяченой воды с добавлением 2 чайных ложек *яблочного* (лучше собственного приготовления) *уксуса*. Наружно 2—3 раза в день, можно и на ночь, смазывают чистым уксусом пораженные участки ног по всей длине поражения; примерно через месяц будет заметно улучшение.

20. Кору *каштана* — 10 г, коры *лещины* — 15 г, корневищ *спорыша* — 15 г, побегов *полевого хвоща* — 20 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды продолжительное время при расширении вен (тромбофлебитах).

21. Травы *донника лекарственного* — 20 г, коры *каштана* — 15 г, корня *опонника* — 20 г, цветков *ромашки аптечной* — 15 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка и теплую сметанообразную массу из настоя используют в виде компресса на воспаленные венозные узлы конечностей при тромбофлебите.

22. Семян и травы *галеги* — 20 г, цветущей травы *гречихи посевной* — 10 г, коры *каштана* — 10 г, коры *лещины* — 15 г, корневищ *спорыша* — 15 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при тромбофлебите.

23. Травы *вербены* — 20 г, травы *галеги лекарственной* — 15 г, травы *донника лекарственного* — 20 г, коры *каштана* — 10 г, коры *лещины* — 10 г.

Приготовление настоя и его прием, как в № 22, при запущенной форме атеросклероза и тромбофлебите.

24. Корня *алтея* — 10 г, корня *девясила* — 10 г, соцветий *календулы* — 15 г, корня *опонника* — 15 г, соцветий *ромашки* — 15 г, цветков *татарника обыкновенного* — 15 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в стакане кипятка, подогревают и сметанообразной массой

делают компрессы на воспаленные венозные узлы конечностей как противовоспалительное средство при тромбофлебите.

25. Семян и стручков *галеги* — 15 г, коры *каштана* — 10 г, плодов *софоры японской* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Настой: 2 ст. ложки измельченного сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при запущенной форме атеросклероза, флебитах и тромбофлебитах.

26. При множественном склерозе сосудов, заболеваниях крови, перифлебитах и тромбофлебитах, когда результаты лечения малоэффективны или сведены на нет, следует найти первопричину этих недугов. Возможно, она таится в зашлакованности организма, кишечника в первую очередь.

Следует провести полную и тщательную очистку кишечника, как рекомендовано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. После этой, даже единственной, но тщательно проведенной чистки результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а исцеление ускорится.

27. При запущенной форме атеросклероза, флебитах, тромбофлебитах или в предынфарктном состоянии, когда мн. рекомендации для больного неприемлемы, а тяжесть недуга грозит его организму гибелью, больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 2/3 стакана 4—5 раз в день его мочи и отстоянной воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) больному делают продолжительный массаж (натираание) всего тела (от шеи до подошв ног) в течение двух и более часов теплой мочой его 2 раза в день. После массажа на тело ставят теплые компрессы из сложенной в 3—5 слоев простыни или льняного полотна, обильно пропитанного теплой мочой больного (как рекомендовано в разделе «Ревматизм», № 28 — 1-й способ). Сверху компрессы накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания увлажняют снова и держат продолжительное время.

Если для растирания тела количества мочи у него недостаточно, то ее допускается брать у здорового человека того же пола, допускается старая, но подогретая, а для компрессов подходит только теплая моча больного.

Время такой голодной терапии варьируется в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—10 недель, а при очищенном до этого кишечнике — намного меньше и, как правило, с прекрасным результатом.

После продолжительного лечения голодом ему главное будет не переест, его переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соки, потом на обычную, лучше вегетарианскую пищу.

✦ ТЯЖЕСТЬ (заболевания, вызванные поднятием тяжестей).

1. Цветки и корневища *арники горной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Растение ядовито, много пить нельзя!

2. Траву *астрагала датского (нарушениц)* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, как тонизирующее средство.

Настой: 2 ст. ложки измельченной свежей травы настаивают 4 часа в 2 стаканах теплой кипяченой воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3 — 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

3. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжести, и поносах на этой почве, простых или кровавых.

Настой: 1—2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана 3—4 раза в день до еды.

4. Траву *вязеля разноцветного* в виде настоя принима-

ют при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, простом или кровавом поносе, на этой почве диатезе и др. недугах.

Приготовление и прием настоя — см. № 3.

5. Корень *гладыша широколистного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, и желудочно-кишечных расстройствах на этой почве.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 40—50 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

6. Корневища *горца змеиногo (раковые шейки)* в виде отвара принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, и желудочно-кишечных кровотечениях.

Отвар: 2 ст. ложки корневищ кипятят 20 минут в 0,5 л воды и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Листья или все растение *грушанки круглолистной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, болях в животе, грыже и др. недугах от тяжелого труда.

Настой: 2 чайные ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками.

8. Корень *девясила высокого* в виде порошка принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей. Яичницу-глазунью посыпают порошком из корня и едят.

9. Корень *дербенника иволистного (плакун)* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, и расстройстве желудочно-кишечного тракта на этой почве с поносом и др. недугами.

Настой: 2—3 ст. ложки корня настаивают 4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Траву *зимолюбки зонтичной* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, поносах и кровавой моче на этой почве.

Настой: 2—3 чайные ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

11. Все растение (траву и корни) *истода обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, поносе и грыже на этой почве.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

12. Цветки *каштана обыкновенного (конского)* в виде настойки принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, заболеваниях на этой почве сосудов, сердца, флебитах и тромбозах.

Настойка: 10—20%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

13. Траву *колокольчика персиколистного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, и геморрагическом диатезе на этой почве.

Настой: 2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана теплого настоя (можно с медом по вкусу) 3—4 раза в день до еды.

14. Траву *лапчатки серебристой* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, поносах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

15. Все растение (листья и корни) *первоцвета весеннего (примулы)* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей, болях в животе и груди.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.



❖ **УКУСЫ ЗМЕЙ, СОБАК И СКОРПИОНОВ.** При всех видах укусов главное — не паниковать! Боль от укуса змеи ощущается очень быстро и болезненно с большим отеком в месте укуса, но все равно не паниковать!

Максимально быстро наложите жгут (пояс, ремешок или платок) выше места укуса. Создайте неподвижность укушенной конечности, сделайте крестообразный надрез на месте укуса и быстро отсасывайте яд, даже с кровью из раны, и выплевывайте. Помните, что попавший внутрь яд не принесет отравления! Отсасывайте сильно и быстро, выплевывайте отсос. Вызовите «скорую». Если населенный пункт далеко, надейтесь только на себя. При наличии холода (родник, лед) положите холодный компресс или лед и держите холод, продолжая отсасывать яд. При подозрении на утихание боли отдохните немного и не шевелите укушенную конечность (ей важна неподвижность), продолжайте отсос яда и используйте находящиеся у вас под боком противоотечные, кровоостанавливающие и противоядные средства, при этом можно слегка ослабить жгут, но исходить из симптомов на данный момент.

1. Свежеистолченные (измятые) листья *василистника малого* прикладывают на раны, вызванные укусом змей и бешеных животных.

2. Зрелые ягоды *вороньего глаза четырехлистного* уваривают без воды, получают сок и смазывают им укушенную ядовитой змеей места.

3. Траву *галеги восточной* (*козлятника восточного*) в виде настоя принимают внутрь как антикоагулянт, потогонное и мочегонное средство при укусах змей.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 4—5 раз в день до еды.

4. Все растение с корнем (реже траву) *гвоздовника полулунного* в виде порошка или сметанообразной массы едят с хлебом при укусе змеи, наружно используют для лечения ран и язв.

5. Корень *дербенника иволистного* в виде порошка едят с хлебом и кислым молоком при укусе бешеными животными и змеей.

6. Плоды и листья *инжира обыкновенного* в виде свежесжатого сока используют для втирания или повязок на больное место при укусе скорпиона или каракурта.

7. Свежесжатый сок из корнеплода *цикламена европейского (дряквы грузинской)* используют как обильно пропитанный соком компресс при укусе змеи.

8. Корневища с корнями *частухи подорожниковой* в свежем виде едят или готовят сгущенный настой из всего растения и принимают при укусе бешеных животных, венерических заболеваниях.

Настойка из свежеперетертого растения: 20 г — 200 мл, настаивают час и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды, но по показаниям.

9. Все растение (траву и корни) *чистяка весеннего* в виде настоя принимают внутрь и в виде мази используют наружно при укусе змеи.

Настой: свежеперетертое растение, 1—2 ст. ложки массы, настаивают час в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—1 стакану теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

Эту свежеперетертую массу смешивают 1 : 1 со свиным или гусиным жиром путем прогрева их, используют наружно.

10. Свежую траву в перетертом виде *ястребинки волосистой* едят или готовят сгущенный настой из нее и пьют (можно с медом по вкусу) без дозировки при укусе бешеных животных и змей.



✚ **ХОЛЕРА** — острое особо опасное заболевание, характеризующееся гастритом, острейшим энтеритом с типичным для этого заболевания поносом, рвотой, понижением температуры, ознобом и др. признаками. Источником заражения является больной человек или вибриононоситель. Его рвотные массы и испражнения инфицируют (заражают) предметы внешней среды, воду, пищевые продукты, мух; контактируя с ними, можно заразиться.

1. При холере, ее эпидемиях или острых инфекционных заболеваниях, когда возможен контакт с больным или окружающей его средой, в первую очередь необходимо предохранить себя от заражения этим заболеванием с помощью плотно закрывающей органы дыхания (нос и рот) *защитной маски*, состоящей из 3—5 слоев марли или 2—3 слоев чистого льняного полотна.

Если маска рассчитана на многоразовое использование, к следующему дню (удобнее будет на ночь) ее следует прокипятить в течение 10—15 минут, выстирать, высушить и прогладить. Она готова к повторному применению. При подобных заболеваниях не будет лишним после стирки продезинфицировать эту маску настоем (произвольным по концентрации) из корневища *аира болотного*, молодой коры *ивы* (всех видов), настоем или настойкой из почек *осины обыкновенной*, можно *тополя черного*, настоек *прополиса* или *чеснока посевного*, высушить, но лучше использовать влажную маску. Такая дезинфекция маски намного усилит ее бактерицидные свойства и предохранит от заражения.

2. Корневища *аира болотного* в свежем виде продол-

жительно жуют, из сухого корневища готовят сгущенный настой или настойку для полоскания рта, дезинфицирования лица и рук во время эпидемий холеры и других инфекционных заболеваний.

Настой или настойку на 70°—40°-ном спирте готовят максимальной концентрации.

3. Траву *астрала солодколистного* в виде настоя принимают внутрь при простом и кровавом поносе, желудочно-кишечных заболеваниях и как тонизирующее средство.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

4. Траву *барвинка малого* в виде настоя принимают внутрь как дезинфицирующее средство при инфекционных расстройствах желудочно-кишечного тракта, поносах, дизентерии и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Кору молодого корня, корни или листья *бархата амурского* в виде настоя принимают внутрь при инфекционных заболеваниях: дизентерия, тиф, холера и др.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды, при хорошей переносимости препарата дозу можно несколько увеличить.

6. Почки *березы белой* в виде настойки принимают внутрь при инфекционных заболеваниях с сильной рвотой.

Настойка: 50%-ная на 40°-ном спирте, принимают по ст. ложке настойки через каждый час до прекращения рвоты.

7. Корневище (реже траву) *борщевика рассеченного* в виде настоя принимают внутрь при сильных поносах инфекционного происхождения, расстройствах деятельности желудочно-кишечного тракта.

Настой: 2—3 ст. ложки корневищ настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

8. Траву *василистника простого (малого)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови (дифтерия, оспа, сифилис, тиф, холера и др.) и как общеукрепляющее средство.

Настой: ст. ложку травы или корневищ настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

9. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови: сифилис, холера и др.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Кору молодых ветвей *дуба обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при сильных поносах, кишечных кровотечениях, коликах и энтероколитах.

Настой: 1—2 ст. ложки коры настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя через каждые 2 часа.

11. Корень *дудника обыкновенного* в виде настойки принимают с чесноком внутрь при эпидемиях тифа, холеры, чумы как предохраняющее от заразы средство.

Настойка: 30 г измельченного корня настаивают 3—5 дней в 0,5 л белого вина, часто взбалтывая, пьют по 1/2 стакана настойки 2—3 раза в день, лучше до еды, после еды чеснок.

12. Семена и корни *дурнишника обыкновенного* в виде отвара принимают внутрь при обильном жидком стуле, поносах с кровью инфекционного происхождения.

Отвар: 2—3 ст. ложки сырья кипятят 10 минут в 3 стаканах воды, настаивают час и пьют (лучше с медом по вкусу) по стакану теплого настоя 3 раза в день до еды.

13. Цветущую траву или корни *дягиля лекарственного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при повальных эпидемических заболеваниях (тиф, холера, чума и т. д.) как общеукрепляющее средство.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

14. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как антисептическое средство при инфекционных заболеваниях, спастических состояниях желудочно-кишечного тракта, длительно не прекращающейся рвоте.

Настой: 2—3 ст. ложки соцветий настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2—1 чайной ложке настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

15. Корень *кермека Гмелина* в виде порошка или настоя принимают внутрь при поносах любого происхождения.

Порошок принимают по 1/2—1 чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой кипяченой водой.

Настой: ст. ложку порошка из корня смешивают со стаканом кипятка и выпивают (каждый раз перемешивая) в течение дня.

16. Траву *котовника кошачьего* в виде настоя принимают внутрь при холере и нервных потрясениях.

Настой: ст. ложку настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Все растение *лапчатки серебристой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови, обильных поносах и др. недугах.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана настоя 3—5 раз в день до еды.

18. Сок из лука *репчатого* принимают внутрь и используют наружно как дезинфицирующее и лечебное средство при инфекционных заболеваниях больные и обслужива-

ющий их персонал: смазывают лицо и руки, пропитывают ватные турундочки и закрывают ноздри. Принимают сок в чистом виде или смеси с медом 1 : 1 без ограничения больные и окружающий их персонал.

19. Почки или кору молодых ветвей *осины обыкновенной* в виде отвара принимают внутрь как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови, лихорадке, сифилисе, тифе, холере и др. заболеваниях.

Отвар: ст. ложку измельченного сырья кипятят 10 минут в стакане воды, настаивают час и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

20. Семена или свежие листья *подорожника большого* в виде настоя принимают внутрь при расстройстве и нарушениях слизистой в желудочно-кишечном тракте, протых и кровавых поносах, дизентерии и др. заболеваниях.

Настой 1: ст. ложку измельченных семян настаивают 10—15 минут в 1/2 стакана кипятка и выпивают все, не фильтруя, 2—3 раза в день до еды.

Настой 2: ст. ложку листьев настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

21. *Прополис* в чистом виде, в виде настойки или прополисного масла принимают внутрь как отличную прибавку к ежедневной пище при заразных, инфекционных, эпидемических заболеваниях как достаточно сильный антибиотик, антисептическое и кровоочистительное средство для всего организма.

При тифе и холере принимают чистый прополис по 10 г, продолжительно его жуя, 3—5 раз в день за час до или после еды, потом глотают.

Настойка: 30%-ная на 70°-ном спирте, принимают по чайной ложке на 1/2 стакана теплого молока, чая или кипятка 3—5 раз в день до еды.

15—25%-ное прополисное масло (на сливочной основе) принимают по ст. ложке на 1/2 стакана горячего молока или чая 3—5 раз в день до еды.

22. Листья или кору корня *рододендронов (золотистый,*

даурский, Адамса и др.) в виде настойки принимают внутрь как активное бактерицидное средство при особо опасных инфекционных заболеваниях (тифе, холере, чуме и т. д.) и тонизирующее средство для всего организма.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

23. Траву *росянки длиннолистной* в виде настоя или настойки принимают внутрь как бактерицидное средство при тифе, холере и чуме.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

Строгая дозировка! Большие дозы могут вызвать рвоту!

24. Почку *тополя черного (осоко́ря)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как достаточно сильный антибиотик при инфекционных заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—50 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

25. При холере и др. подобных заболеваниях как дезинфицирующее и лечебное средство используют сок или настойку из корнеплода *чеснока посевного*. Эти препараты используют для орошения лица, полоскания рта и дезинфекции рук. Ими пропитывают ватные или марлевые турундочки и закрывают ноздри обслуживающего больных персонала. Это достаточно хорошо защищает от инфекции при контакте с больными. Рекомендуется также держать во рту очищенный от шелухи зубок чеснока, периодически надкусывая и посасывая сок из него, особенно тем, кто непосредственно контактирует с больными.

Настойка: 30—50%-ная на 70°—40°-ном спирте.

26. При холере, когда другое лечение исключено, больного переводят на полное голодание с приемом внутрь только по $2/3$ —1 стакану 3—5 раз в день его мочи и прополисной воды. При отсутствии такой воды ее заменяют настоем бархата, борщевика, календулы или почек тополя с медом по вкусу в пропорциях, указанных выше. Кроме того необходимо ежедневно 2 раза в день ставить клизму из смеси 1 : 1 его мочи и теплой кипяченой воды общим объемом в 1,5—2 л, подкисленной (при возможности) 2 ст. ложками *яблочного уксуса* или *лимонного сока*, добиваясь, чтобы вся эта жидкость входила в кишечник и выходила отработанной с отбросами.

Наружно (обязательное условие этой терапии) больному делают продолжительный массаж (растирание) тела (особенно долго — живота) теплой мочой, взятой у здорового человека того же пола, смешанной с малым объемом мочи больного, растирают от шеи до подошв ног в течение двух и более часов 2 раза в день. После каждого массажа ставят компресс на весь живот из сложенной в 3—5 слоев простыни, обильно пропитанной мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укрывают и держат максимально долго, по мере высыхания увлажняют его снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного.

Приготовление прополисной воды: 100 г чистого (очищенного от вошины и др. примесей) прополиса перетирают через мелкую терку, заливают литром дистиллированной или теплой кипяченой воды и промешивают смесь, на водяной бане при температуре $+80^{\circ}$ на протяжении нескольких часов. Процеживают, добавляют по вкусу мед и поят больного, когда недостаточно для питья одной мочи.

27. При холере и др. подобных заболеваниях, когда рекомендованные выше препараты не помогают, необходимо делать больному инъекции собственной стерилизованной мочи по 2—3 мл (детям — по 0,3—0,5—1,0 мл), удобнее под кожу бедра. Такие инъекции полезны и тем, кто принимает свою мочу на фоне поста (см. № 26). Они намного ускорят действие других рекомендаций и полное выздоровление.



✚ **ЭКЗЕМА** — аллергическое заболевание, характеризующееся высыпанием пузырьков, мокнутием и хроническим рецидивирующим течением. В основе заболевания лежит значительное изменение реактивности организма, обусловленное функциональными нарушениями в различных органах и системах и в первую очередь в центральной и вегетативной нервной системе.

У ряда больных значительную патогенетическую роль могут играть нарушения функции печени, желудочно-кишечного тракта и др.

Экзема сопровождается зудом, интенсивность которого колеблется в широких пределах.

1. Почки *березы* в виде настойки принимают внутрь и используют наружно при острых и хронических формах экземы.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают внутрь по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды и используют для растираний пораженных участков кожи.

2. Цветущую травку *бодяка полевого* (*осота розового*) в виде 20—30%-ной настойки на 40°-ном спирте используют для примочек при зуде кожи, лишаях и экземе.

3. Цветки *вереска обыкновенного* в виде мази используют наружно для смазывания мест, пораженных экземой.

Мазь: 1 часть порошка из цветков смешивают с 5 частями прогретого свиного внутреннего жира.

4. Семена (плоды) *дурнишника обыкновенного* или *дурнишника колючего* в виде настоя используют наружно при экземе, лишаях и сыпи на коже.

Настой: 1—2 чайные ложки измельченных семян или

травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и в теплом виде применяют для примочек.

Этот препарат вызывает некоторое жжение, поэтому применение его требует осторожности.

5. Траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя принимают внутрь как средство, восстанавливающее обмен веществ в организме.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки 3—4 раза в день до еды.

6. Кору молодых ветвей *ивы* (всех видов) в виде настоя используют для компрессов попеременно с настоем из почек березы при пузырьковой (дисгидротической) экземе и др. кожных заболеваниях.

Настой из коры ивы и березовых почек: 2—3 ст. ложки настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка, подогревают и делают на пораженный участок тела компрессы.

7. Свежеприготовленный сок из корнеплодов *картофеля* используют наружно как противовоспалительное средство при экземе, острых дерматитах и др. кожных заболеваниях.

Применение: сок применяют в виде компрессов на пораженный участок кожи, по мере высыхания компресс заменяют.

8. При любой экземе и др. кожных изъязнах, кроме наружных процедур, рекомендованных в этом разделе, следует принимать внутрь по 1 ст. ложке *кукурузного масла* 3—4 раза в день, за час до еды. Это намного ускорит выздоровление.

9. Корень *лопуха большого* в виде настоя или отвара принимают внутрь и используют наружно при застарелой экземе и др. кожных заболеваниях.

Отвар: 2—3 ст. ложки корня кипятят 5 минут в 0,5 л воды, настаивают 1—2 часа и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого отвара 3—5 раз в день до еды.

Для наружного применения используют препараты из корня лопуха (см. раздел «Ревматизм», № 28 — 1-й способ).

10. *Маточное (пчелиное) молочко* в виде теплого раство-

ра используют для орошения или компрессов при экземе, и др. кожных заболеваниях.

Применение: 1—2 мг (на кончике ножа) молочка смешивают со 100 мл теплой кипяченой воды и путем орошения пораженного участка кожи добиваются полного устранения заболевания.

Компресс: 0,5—1%-ным раствором в теплой кипяченой воде промывают пораженный участок кожи, пропитывают сложенное в 3—4 слоя полотно и закрепляют на больное место. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом утепляют, по мере высыхания увлажняют снова.

11. Траву и корни *одуванчика лекарственного* в виде настоя принимают внутрь, а мази из них используют наружно как кровоочистительное средство при кожных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Мазь: 1 часть порошка из сырья смешивают путем легкого прогрева с 3 частями меда, промешивают до полного остывания основы, используют для смазывания пораженного экземой участка кожи, смывают отработанную мазь сывороткой.

12. Молодые клейкие листочки *ореха грецкого* в виде настоя используют для компрессов при туберкулезе кожи, экземе и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 1—2 часа в стакане кипятка, подогревают и ставят компрессы на пораженные участки кожи.

13. Золу из *осины обыкновенной* смешивают путем прогрева свиного жира 1 : 2 и используют как мазь при экземах.

14. Траву *подмаренника настоящего* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при неправильном обмене веществ, частых нарывах и экземе.

Настой: 2—3 ст. ложки настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

15. Чистый *прополис* принимают внутрь и в виде мази используют наружно как кровоочистительное средство при туберкулезе кожи, хронической экземе и др. кожных заболеваниях.

Принимают прополис по 3—5 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

Мазь: 100 г сливочного (допускается и подсолнечное) масла в эмалированной посуде доводят до кипения, снимают с огня и кладут в горячую основу 10 г очищенного и измельченного через мелкую терку прополиса. Экстрагируют (создают однородную массу) путем помешивания смеси в течение 30 минут при температуре $+80^{\circ}$ и до полного остывания. Применяют в виде смазывания пораженного участка кожи или повязок.

16. Корневища *пырея ползучего* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное и восстанавливающее обмен веществ средство при экземе, туберкулезе кожи и др. заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки корневищ настаивают 12 часов в литре теплой кипяченой воды и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

17. Семена *редьки посевной (черной)*, растертые в кашу с небольшим количеством сока их корнеплода или теплой кипяченой водой, используют наружно для припарок как эффективное антибактериальное и антимикотическое средство при микотических экземах и др. заболеваниях кожи.

18. Траву *сушеницы болотной* в виде мази используют наружно при мокнущей экземе, язвах.

Мазь: порошок из травы смешивают путем прогрева сливочного (несоленого) масла и меда в соотношении 1 : 1 : 1. Помешивают до полного остывания основ.

19. Свеженеретертой мякотью *тыквы столовой* обкладывают воспаленные участки кожи при сыпях, экземе, ожогах и др. недугах. Результат лечения всегда бывает хорошим.

20. При экземах, кожной сыпи (импетиго) устраняют

недуги неразбавленным *яблочным уксусом* путем орошения пораженного участка кожи 6—7 раз в день, начиная с утра и до вечера. Исцеление будет достаточно быстрым.

21. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как достаточно активное кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови и кожных заболеваниях на этой почве (лишай, экзема, фурункулы и т. д.).

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

22. Траву *чистотела большого* в виде настоя принимают внутрь и используют наружно при туберкулезе кожи, экземе и др. кожных заболеваниях.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

23. *Яичное желтковое масло* используют наружно при экземе и др. кожных заболеваниях.

Приготовление и применение: желтки от сваренных вкрутую оплодотворенных яиц разрезают на толстые ломтики или пополам и на совершенно чистой сковородке, на слабом огне, жарят до появления красноватой маслянистой жидкости. Собирают эту жидкость и смазывают ею пораженные экземой места. Сколько раз и в течение какого времени необходимо делать смазку, сказать трудно, ибо все зависит от степени заболевания и поверхности пораженного участка. Такой метод лечения будет достаточно скорым и результативным.

24. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при экземе и др. кожных заболеваниях.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

25. Травы *чистотела большого*, травы *фиалки трехцветной* — поровну.

Настой: ст. ложку сбора настаивают 1—2 часа в стака-

не кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками при стойких случаях псориаза, экземы и др. кожных заболеваниях как кровоочистительное средство.

26. Измельченные листья *капусты огородной* кипятят 5 минут в молоке, смешивают с отрубями 2 : 2 : 1, настаивают час и прикладывают на пораженную мокнущей экземой поверхность кожи.

27. Чистый *деготь* — 1 часть, порошок *желтой серы* — 1 часть, *медный купорос* — 1 часть пережечь на огне, пока не образуется белый порошок. Все тщательно смешивают и кипятят, тщательно перемешивая, 5 минут. При отсутствии дегтя используют в такой же пропорции гусиный или др. жир. Этой мазью смазывают пораженные участки кожи при волчьем лишае, экземе и др. кожных заболеваниях.

28. Травы *зверобоя*, корня *лопуха*, корня *одуванчика*, листьев *трилистника*, корня *цикория* — поровну.

Настой 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как кровоочистительное средство при экземе, лишаях и др. кожных заболеваниях.

29. Листьев *вахты трехлистной* — 20 г, коры *крушины ломкой* — 40 г, корня *одуванчика* — 20 г, корня *цикория* — 20 г, травы *яснотки белой* — 30 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при экземе и др. кожных заболеваниях.

30. Сок из околоплодника *ореха грецкого*, 10%-ная настойка *прополиса*, кашлица из свежеперетертого *чеснока посевного*, *яблочный уксус* — поровну. Все тщательно смешивают и натирают этой смесью пораженные экземой, лишаем участки кожи.

31. При экземе и других подобных заболеваниях, когда многие рекомендации для больного неприемлемы, даем еще одну, достаточно доступную и результативную при условии полного соблюдения всех ее несложных правил.

Больного переводят на овоще-фруктовую диету с минимальной термообработкой или соки — и никакой пищи. Обязательно до приема пищи необходимо выпивать по 2/3—1 стакану собственной мочи.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают продолжительный массаж (натираение) пораженного участка тела в течение двух или более часов старой, но подогретой мочой больного 2 раза в день. После массажа на это место ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна или простыни, обильно пропитанных теплой мочой его. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного. Такое лечение проводят до полного выздоровления.

♦ **ЭНДАРТЕРИИТ ОБЛИТЕРИРУЮЩИЙ** — прогрессирующее заболевание внутренней оболочки артерии, которое ведет к сужению их просвета вплоть до полной облитерации. Чаше поражаются нижние конечности. Возникновению и развитию заболевания способствуют спазмы сосудов, возникающие под влиянием длительных охлаждений ног, нервнопсихических травм, хронических интоксикаций (курение). Встречается заболевание преимущественно у мужчин.

1. Свежие плоды *аронии черноплодной* (рябины черноплодной) рекомендуется съедать по 250—300 г в день в течение 3—4 недель как средство, укрепляющее стенки сосудов, тем самым предотвращающее различные кровоизлияния. Плоды аронии снижают давление крови, количество холестерина в организме и нормализуют работу сердечнососудистой системы.

Противопоказана арония при повышенной свертываемости крови.

2. Траву *астрагала пушистоцветкового* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, заболеваниях крови и сосудов.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. *Баклажаны* используют в лечебном питании как средство, снижающее содержание холестерина в крови и стенках сосудов и увеличивающее выведение из организма с мочой солей мочевой кислоты.

Принимают баклажаны в любом виде и без ограничения.

4. Листья *вербены лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, тромбозах, закупорке вен и сосудов.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды или каждые 1—2 часа.

5. Плоды (стручки), траву *галеги лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как противосвертывающее средство, делающее кровь менее вязкой, а сосуды более чистыми.

Настой: ст. ложку измельченных плодов или травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и принимают по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

6. Порошок из семян *горчицы сарептской* используют в виде горчичных ванн для ног при переохлаждениях и частых заболеваниях сосудов в них.

Настой для ванн: 10%-ный, применяют в теплом виде.

7. Цветки *гречихи посевной* в виде настоя принимают внутрь при склерозе и атеросклерозе сосудов с повышением давления крови.

Настой: ст. ложку цветков настаивают час в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) как чай — без ограничения.

8. Листья *ежевика сизой* в виде настоя принимают внутрь при атеросклерозе, гипертонии и как успокаивающее нервную систему средство.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Кору молодых ветвей *каштана обыкновенного* (кон-

ского), реже его плоды в виде порошка или настойки принимают внутрь при атеросклерозе, варикозном расширении вен, изъязвлениях голени вследствие нарушения тканей сосудов и мышц как средство, предотвращающее образование тромбов в сосудах и рассасывающее уже имеющиеся.

Порошок из коры принимают по 1/3—1/2 чайной ложки через каждые 2 часа, запивая теплой кипяченой водой.

Настойка: 3—4 ст. ложки коры настаивают 5—7 дней в 0,5 л 40°-ного спирта, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку кипятка 3—5 раз в день до еды.

10. Маточное (пчелиное) молочко в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь (последнее хуже) при атеросклерозе сосудов нижних конечностей, эндартериите как средство, очищающее и расширяющее кровеносные сосуды, улучшающее состав крови и усиливающее поток кислорода в ткани конечностей.

Чистое молочко, 20—30 мг (на кончике ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды или смешивают эту порцию с 1/2 стакана теплого молока или чая и выпивают 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 5—10 капель настойки 3—5 раз в день на ст. ложку теплой кипяченой воды за час до еды.

11. Мед темного цвета регулярно принимают внутрь небольшими дозами (до 100 г в день) как средство, усиливающее приток кислорода в ткани и улучшающее обменные процессы клетки.

Принимают мед по ст. ложке 3—5 раз в день с теплым молоком, чаем или кипятком до еды.

12. Траву паслена черного в виде настоя принимают внутрь как болеутоляющее и расширяющее сосуды средство.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Прополис в чистом виде принимают регулярно внутрь

как кровоочистительное, улучшающее состав крови и болеутоляющее средство при атеросклерозе, тромбозе и эндартериите.

Принимают по 4—5 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

14. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечно-сосудистых неврозах, склерозе сосудов, как успокаивающее нервную систему средство при повышенной ее возбудимости и др. заболеваниях.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день до еды.

15. Листья *смородины черной* (вместе с цветками) в виде настоя принимают внутрь при общем недомогании и мышечной слабости.

Настой: 2—3 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде порошка или настойки принимают внутрь при атеросклеротическом повреждении стенок сосудов и кровоизлияниях в них.

Порошок принимают по 1/3—1/2 чайной ложки 3—5 раз в день, запивая теплым настоем из плодов шиповника, до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2 чайной ложки настойки на ст. ложку теплого настоя из плодов шиповника 3—5 раз в день до еды.

17. Траву *софоры толстоплодной*, собранной в период бутонизации, в виде настоя принимают внутрь (лучше в сборе с др. растениями) при спазмах периферических сосудов, в том числе и склеротических формах, эндартериите, перемежающейся хромоте.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стака-

не кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2—1/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

18. Траву (листья), реже корни *якорцев стелющихся* в виде отвара принимают в малых дозах при атеросклерозе сосудов нижних конечностей.

Настой: ст. ложку сырья кипятят 30 минут в стакане воды, настаивают час и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

19. Цветков *боярышника обыкновенного*, листьев и веточек *омелы*, травы *пустырника сердечного*, травы *сушеницы болотной* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе, склерозе сосудов и как успокаивающее нервную систему средство.

20. При атеросклерозе, склерозе сосудов нижних конечностей, тромбозе и эндартериите, когда мн. рекомендации для больного не приемлемы, его переводят на полное голодание с приемом внутрь только по 1/2—2/3 стакана 3—5 раз в день его мочи и отстоянной кипяченой воды.

Наружно (обязательное условие этой терапии) делают легкий и продолжительный массаж (натирание) всей конечности, особенно ступней больного, в течение двух и более часов теплой мочой его 2 раза в день. Такой продолжительный массаж необходим для того, чтобы открытые путем массажа поры кожи легче впитывали мочу, которая нужна конечностям как кислород. После массажа на поверхность ноги ставят теплые компрессы из сложенного в 3—5 слоев льняного полотна или простыни, обильно пропитанной теплой мочой больного. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом закрепляют и укутывают, по мере высыхания увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного.

Время такой голодной терапии варьируют в зависимости от тяжести заболевания, примерно 2—3 недели, реже больше, как правило, результат бывает прекрасным.

✦ **ЭНЦЕФАЛИТ** — вирусное, инфекционное интоксикационное воспалительное заболевание головного мозга. Первичный — эпидемический, клещевой, комариный, вторичный — общие инфекции и интоксикация.

1. Корневище *аира болотного* в виде настойки принимают внутрь как антисептическое средство при эпидемических заболеваниях.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по чайной ложке настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

2. Молодые корни *аралии маньчжурской* (*шип-дерево*) в виде настойки принимают внутрь после сотрясения и контузии головного мозга и как тонизирующее средство при нервных и психических заболеваниях (неврастения, общая астения, психастения).

3. *Баклажаны* применяют в лечебном питании при атеросклерозе сосудов головного мозга как средство, снижающее содержание холестерина в крови, стенках сосудов и увеличивающее выведение из организма с мочой солей мочевой кислоты.

Едят их в любом виде и без ограничения, ограничивают в рационе питания мясные продукты, соль и сахар.

4. Траву *барвинка малого* в виде настоя принимают внутрь при спазмах головного мозга, атеросклерозе и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Траву *вероники лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при головных болях, головокружениях, потере памяти и др. недугах.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

6. Плоды (семена) *гармалы обыкновенной* в виде порошка принимают внутрь при последствиях летаргического энцефалита, паркинсонизма и др. недугах.

Семена в истолченном виде, 10—15 штук, принимают внутрь, запивая теплой кипяченой водой, 2—3 раза в день

до еды. Прием семян в более высоких дозах вызывает состояние полузабытья и сонливости, сопровождаемое блужданием, галлюцинациями и судорогами.

7. Порошок *гороха посевного* принимают внутрь как средство, улучшающее питание клеток головного мозга, нормализующее обмен веществ и лечащее атеросклероз.

Принимают порошок по 1/2—1 чайной ложке 3—4 раза в день до еды, запивая теплой кипяченой водой.

8. Траву *грыжника голого* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

9. Корень или траву *дягиля лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как антисептическое и кровоочистительное средство при эпидемических заболеваниях.

Настой: ст. ложку корней (реже траву) настаивают 3—4 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Корнеплоды *золотого корня (родиолы розовой)* в виде настойки принимают внутрь при функциональных заболеваниях нервной системы, энцефалите и как общеукрепляющее, тонизирующее средство.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды в течение продолжительного времени.

11. Соцветия *календулы обыкновенной (ноготков)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как достаточно сильное антисептическое средство при инфекционных заболеваниях.

Настой: ст. ложку соцветий настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу), по 2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

12. Все растение (траву и корни) *лапчатки серебристой* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при вирусных заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают в духовке 2 часа в 3—4 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

13. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом, алкоголем принимают подязычно или внутрь (последнее хуже) как средство, укрепляющее иммунную систему организма, усиливающее сопротивляемость инфекционным заболеваниям и преждевременному одряхлению.

Чистое молочко, 20—30 мг (на кончике ножа), кладут под язык и держат до полного растворения 3—5 раз в день за час до еды.

Смесь: 2—10 г молочка смешивают в водяной бане со 100 г меда, промешивая до полного остывания основы. 1/2 чайной ложки этой смеси кладут под язык и держат до полного рассасывания или смешивают с 1/2 стакана теплого молока, чая, кипятка и выпивают все 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—15 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

14. *Мед* следует принимать или добавлять в настои, отвары, сборы при мн. заболеваниях как средство, обладающее противомикробным действием, и нежный высококалорийный продукт при вирусных и истощающих организм заболеваниях.

В день можно принимать по 100 г меда, разделив на три порции, с молоком, чаем, настоем или кипятком, в течение продолжительного времени, лучше до еды.

15. Цветущую траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя принимают внутрь как средство, благоприятно влияющее на головной мозг, особенно при нервных спазмах его, головокружении, шуме в ушах и др. недугах.

Настой: 3—4 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в литре кипятка, подогревают и пьют без ограничения с медом по вкусу вместо чая.

16. Плоды *мордовника шароголового* в виде настойки принимают внутрь при астенических состояниях с явлениями гипотонии, головокружении, мышечной атрофии и всех нарушениях функций нервной системы.

Настойка: 1—2%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 10—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды, при хорошей переносимости дозу увеличивают до 30 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды.

17. Верхнюю часть гриба *мухомора красного* (бело-оранжевый пигмент) в виде настойки принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, множественном его склерозе, функциональных нарушениях спинного мозга и как снотворное средство.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 5—7 дней в 5 частях 70°—40°-ного спирта и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Строгая дозировка! Настойка ядовита!

18. Траву *партулака огородного* (лучше свежую) в виде настоя принимают внутрь при инфекционных заболеваниях и параличах на этой почве.

Настой: ст. ложку свежей измельченной травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2—3 ст. ложки настоя 3—4 раза в день до еды.

19. Чистый *прополис* или в виде настойки принимают внутрь как достаточно сильное бактерицидное, кровоочистительное и болеутоляющее средство при инфекционных и др. заболеваниях головного мозга.

Чистый прополис принимают по 5—7 г, продолжительно его жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за час до еды.

Настойка: 20—30%-ная на 70°-ном спирте, принимают по 1/2 чайной ложки настойки в 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день за час до еды.

20. Листья или кору молодых корней *рододендрона Адамса*, *даурского* и др. видов в виде настойки принимают внутрь

как сильное бактерицидное средство при всех, даже особо опасных инфекциях и тонизирующее для истощенного организма средство.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

Строгая дозировка! Ядовито!

21. Свежие плоды (или сок из них) *смородины черной* принимают без ограничения при атеросклерозе, эндартериите и др. заболеваниях.

Настой: 3—4 ст. ложки измельченных ягод настаивают 1—2 часа в литре кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) без ограничения.

22. Плоды или нераспустившиеся бутоны цветков *софоры японской* в виде настойки или порошка принимают внутрь при склеротическом повреждении стенок сосудов, для профилактики и лечения кровоизлияний, особенно в головном мозгу.

Настойка: 20%-ная из бутонов на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки в 1/3 стакана теплого настоя из плодов шиповника 3—4 раза в день до еды.

Порошок принимают по 1/3—1/2 чайной ложки 3—5 раз в день до еды, запивая теплым настоем из плодов шиповника.

23. Почки *тополя черного (осокоя)* в виде настоя или настойки принимают внутрь как сильнейший антибиотик при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Настой: ст. ложку измельченных почек настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 25% и 50%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—30 капель настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

24. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь как активное кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2/3—1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

25. Траву *яснотки белой* в виде настоя принимают внутрь

как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 3 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $2/3$ —1 стакану теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

26. Травы *полыни горькой* (майский сбор), корнеплодов *родиолы розовой* — поровну.

Настойка: 25%-ная из измельченного сбора на 70° — 40° -ном спирте, принимают по 25—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды при энцефалите, нервном и физическом истощении 3—5 раз в день до еды.

27. Корня *валерианы* — 10 г, травы *вереска* — 40 г, травы *пустырника* — 30 г, травы *сушеницы болотной* — 30 г.

Настой: 3—4 ст. ложки сбора настаивают ночь в литре кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по $1/4$ — $1/3$ стакана теплого настоя через каждые 1—2 часа или выпивают глотками все при расстроенных нервах (пугливости, мнительности, апатии и др.) и бессоннице.

28. Корня *бузины травянистой*, травы *грыжника голого*, корня *мыльнянки*, цветов *таволги вязолистной* — поровну.

Отвар: 2—3 ст. ложки сбора кипятят 10—15 минут в литре воды и пьют с медом по вкусу, как чай, без ограничения как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

29. Листьев *крапивы двудомной* — 30 г, листьев *смородины черной* — 20 г, плодов *шиповника* — 40 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 3—4 часа в 0,5 л кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по $1/2$ — $2/3$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как поливитаминное средство при заболеваниях, истощающих организм.

30. Корня *лопуха большого* — 15 г, листьев *смородины черной* — 18 г, травы *череды* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *яснотки белой* — 10 г.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по $1/2$ стакана теплого настоя. 3—5 раз в день до еды как кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

✦ **ЭПИЛЕПСИЯ** — приступообразное нарушение функций головного, реже спинного мозга с кратковременной потерей сознания и припадками. Различают эпилептическую болезнь и симптоматическую эпилепсию, обусловленную каким-либо очаговым заболеванием головного мозга: травматическими повреждениями, атеросклерозом, воспалительными процессами в нем, кистой, опухолью и т. д. Симптомы: большие и малые припадки, дисфории (внезапные кратковременные изменения настроения в форме тоски, злобы и раздражительности), сумеречные состояния, изменения характера, слабоумие. Начинается заболевание чаще всего в детском или подростковом возрасте.

1. Цветки *арники горной* в виде настоя или настойки принимают внутрь при эпилепсии, сотрясении мозга и апоплексии (кровоизлиянии в мозг).

Настой: ст. ложку цветков настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 1/2 чайной ложки настойки на 1/3 стакана теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

2. Корень *бадьяна (звездчатого аниса)* в виде настоя принимают внутрь как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови, эпилепсии и др. недугах.

Настой: ст. ложку корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Траву и корни *башмачка пестрого (пятнистого)* в виде настоя принимают внутрь при эпилепсии, нервных расстройствах и головной боли.

Настой: 1—2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Траву *белозера болотного* в виде настоя принимают внутрь при заболеваниях сердца, связанных с нервными расстройствами, эпилепсии и др. заболеваниях.

Настой: чайную ложку сухой травы настаивают 2 часа

в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

5. Листья с плодами *болиголова крапчатого* в виде настоя принимают каплями при мигрени, хорее и эпилепсии как противосудорожное и болеутоляющее средство.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 7—10 капель настойки на 1/4 стакана теплой кипяченой воды 2—3 раза в день до еды.

Ядовито, очень!

6. Корни *борщевики рассеченного* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее средство при судорогах, эпилепсии, различных нервных и кожных заболеваниях, сопровождающихся зудом.

Настой: 1—2 ст. ложки корней настаивают 8 часов в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

7. Траву и корни *буквицы лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при головных болях, головокружении, эпилепсии как укрепляющее средство при нервном истощении.

Настой: ст. ложку сырья или корней настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 2—3 раза в день до еды.

8. Корень *валерианы лекарственной* в виде настоя принимают внутрь при нервных расстройствах, испуге, нервном истощении, хорее, эпилепсии и др. заболеваниях.

Настой: 1—2 чайные ложки корня настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя утром и вечером перед сном.

9. Корневища с корнями *дягиля лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как укрепляющее и тонизирующее нервную систему средство при нервном ее истощении, эпилепсии и бессоннице.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

10. Траву *зайцегуба (логахилуса) опьяняющего* в виде настоя принимают внутрь при функциональных расстройствах деятельности нервной системы, эпилепсии и др. заболеваниях.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

11. Кору корней *каперсов колючих* в виде настоя принимают внутрь при нервном истощении, угнетенном состоянии и эпилепсии.

Настой: ст. ложку коры настаивают 2—3 часа или ночь в стакане кипятка и принимают (лучше с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

12. Все растение *колючника обыкновенного* в виде настоя принимают внутрь при нервных расстройствах, эпилепсии, неврозах, параличе и бессоннице.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и выпивают (можно с медом по вкусу) за день глотками, лучше до еды.

13. Листья *костяники каменистой* с ржавыми пятнами (грибковые поражения) в виде настоя принимают внутрь при заикании, испуге, косноязычии, эпилепсии и других нервных заболеваниях.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

14. Семянки, траву и корни *лапчатки гусиной* в виде отвара принимают внутрь при судорогах различного происхождения, судорогах икроножных мышц.

Отвар 1: ст. ложку травы и корней кипятят 5 минут в стакане воды, настаивают 2 часа и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

Отвар 2: чайную ложку семянки кипятят 5 минут в стакане молока и выпивают (можно с медом по вкусу) в два приема при судорогах различного происхождения.

15. Цветки *липы мелколистной (мочальника)* в виде отвара принимают внутрь при нервных потрясениях, и судорогах как успокаивающее средство.

Отвар: 2 ст. ложки цветков кипятят 10 минут в 2 стаканах воды, настаивают час и выпивают все с медом по вкусу на ночь, перед сном.

16. *Мед* (лучше темного цвета) принимают внутрь по ст. ложке 3—5 раз в день до еды с теплым молоком, чаем

или кипятком, добавляют его также в сборы (настои, отвары) как средство, стимулирующее деятельность головного и спинного мозга при их истощении и нарушении деятельности (слабости, раздражительности, головных болях, головокружениях и бессоннице). Регулярный прием способствует устранению этих недугов, а в комплексе с др. средствами ускоряет выздоровление.

17. Траву *мелиссы лекарственной (лимонная трава)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при нервном истощении, расстройствах, душевных потрясениях, частых обмороках и припадках.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 1—2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды при всех нервных потрясениях.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают внутрь по 15—25 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

18. Верхнюю часть шляпки *мухомора красного* (бело-оранжевый пигмент) в виде настойки принимают внутрь при спазмах сосудов головного мозга, множественном склерозе, эпилепсии и функциональных нарушениях спинного мозга.

Настойка: 1 часть пигмента настаивают 5—7 дней в 5 частях 70°—40°-ного спирта и принимают по 5—10 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—4 раза в день, лучше до еды.

19. Плоды и веточки с листьями *омелы белой* в виде настоя принимают внутрь при нервных расстройствах, головных болях, головокружении, эпилепсии и др. заболеваниях.

Настой: 2—3 чайные ложки сырья настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

20. Траву *пиона уклоняющегося (марьян корень)* в виде настоя принимают внутрь при повышенной возбудимости, параличе и эпилепсии.

Настой: ст. ложку травы настаивают 1—2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

21. Траву и корни *полыни обыкновенной (чернобыльник)*

в виде настоя принимают внутрь при неврастении, судорогах, нервных припадках, эпилепсии и бессоннице.

Настой: 3—4 чайные ложки сырья настаивают 2—3 часа в 2 стаканах кипятка и пьют (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при неврастении и судорогах.

22. Траву *пустырника сердечного* в виде настоя или настойки принимают внутрь при сердечных и нервных заболеваниях (испуге, истерии, эпилепсии и др.).

Настой: ст. ложку травы настаивают 6—8 часов в стакане кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

23. Траву *руты душистой (пахучей)* в виде настоя или настойки принимают внутрь при расстройствах нервной системы, судорогах, истерии, головокружении и эпилепсии.

Настой: ст. ложку травы настаивают 8 часов в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 10%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 15—20 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

24. Свежую траву *сердечника лугового* в виде настоя принимают внутрь как противопростудное средство при судорогах нервного происхождения, нервных расстройствах, истерии и бессоннице.

Настой: ст. ложку свежей измельченной травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/4 стакана 3—4 раза в день до еды.

25. Корневища с корнями *синюхи лазурной* в виде настоя принимают внутрь как более активное успокаивающее нервную систему средство при нервном возбуждении, эпилепсии и бессоннице.

Настой: ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

26. Веточки и плоды *шикши черной* в виде настоя принимают внутрь как успокаивающее и противосудорожное

средство при нервных расстройствах, судорожных состояниях и эпилепсии.

Настой: побеги плода и плоды 1 : 1, ст. ложку сырья настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/3—1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

27. Траву *чистеца байкальского* в виде настоя или настойки принимают внутрь как более эффективное успокаивающее нервную систему средство при неврастении, истерии, обмороках, эпилепсии и бессоннице.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 2—3 ст. ложки настоя 3—5 раз в день до еды.

Настойка: 30%-ная на 40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3—5 раз в день до еды.

28. Листья *белены черной*, листья *болиголова крапчатого* — поровну.

Настойка: 1 часть сбора настаивают 7—10 дней в 5 частях 96°—70°-ного спирта, принимают по 2—3 капли настойки на ст. ложку теплой кипяченой воды 3 раза в день до еды при сильных внутренних болях, конвульсиях и эпилепсии.

Настойка ядовита! Строгая дозировка!

29. Травы *горца птичьего* — 10 г, листьев и веточек *омелы белой* — 15 г, травы *пустырника* — 15 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Фильтруют, добавляют по вкусу мед и пьют по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при атеросклерозе сосудов головного мозга, головной боли и как успокаивающее нервную систему средство.

30. Листьев *смородины черной* — 10 г, травы *чистотела* — 10 г, травы *фиалки трехцветной* — 20 г, травы *череды* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют (лучше с медом по вкусу) по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды как кровоочистительное средство при инфекционных заболеваниях крови.



✚ ЯЗВЫ ВНУТРЕННИЕ (желудка и двенадцатиперстника). См. также разделы «Гастриты гиперацидные», «Гастриты гипоацидные и анацидные».

1. Корень *девясилы высокого* в виде настоя принимают внутрь как противовоспалительное, болеутоляющее и обволакивающее средство при язве желудка и двенадцатиперстника.

Настой: 2 ст. ложки корней настаивают 3—4 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по $1/3$ — $1/2$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

2. Цветущую траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при язве желудка и двенадцатиперстника как болеутоляющее средство.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по $1/3$ — $1/2$ стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

3. Траву и корни *зопника клубненосного* в виде настоя принимают внутрь при хронических гастритах и язвенной болезни как болеутоляющее и регулирующее кислотность желудочного содержимого средство (при пониженной кислотности — повышается, повышенной — понижается), исчезают боли, изжога, отрыжка и др. симптомы.

Настой: 2—3 ст. ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по $1/2$ стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

4. Свежевыжатый сок из листьев *капусты огородной* при регулярном приеме излечивает хронические гастриты и язвы лучше всех медикаментозных препаратов.

Приготовление сока в домашних условиях и его прием: листья пропускают через соковыжималку, фильтруют и отжимают сок. Принимают в подогретом виде по 1/2—1 стакану 3—5 раз в день до еды.

Такой метод лечения продолжителен, но очень полезен для всего организма.

5. Свежеприготовленный сок из клубней *картофеля* (красных сортов) принимают внутрь при гастритах и язвенной болезни с повышенной кислотностью и упорных головных болях.

Принимают сок в теплом виде по 1/2 стакана 3—4 раза в день до еды.

6. Листья *кипрея узколистного* (*иван-чая*) в виде настоя принимают внутрь как более эффективное противовоспалительное и болеутоляющее средство, особенно при язвенной болезни и нарушениях слизистой.

Настой: ст. ложку листьев настаивают 2 часа в стакане кипятка и принимают по 1/4—1/3 стакана теплого настоя 3—5 раз в день до еды.

7. Корень *крестовника широколистного* в виде настоя принимают внутрь при острых желудочно-кишечных спазмах, обострении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника, воспалении толстой кишки (колитах) и судорожных запорах.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 30—40 капель настойки на 1/2 стакана теплой кипяченой воды 3 раза и не более, до еды.

8. Истолченные семена *льна посевного* в виде настоя принимают внутрь при катаре и язвенной болезни желудка, хронических запорах и др. недугах.

Настой: 1—2 чайные ложки семян настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и пьют по стакану теплого настоя перед сном. При хронических запорах не процеживают, принимают вместе с семенами.

9. Центробежный (чистый) *мед* принимают в разбавленном виде при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника как болеутоляющее, регулирующее кислотность желудочного содержимого и устраняющее изжогу, тошноту средство.

При гиперацидных состояниях (повышенная кислотность) принимают по 30—40 г (ст. ложка, разбавленного в стакане теплой кипяченой воды, за 1,5—2 часа до завтрака, обеда и через 3 часа после ужина.

При гипоацидных состояниях (пониженная кислотность) принимают ст. ложку меда, разбавив его в стакане холодной кипяченой воды за несколько минут до приема пищи.

10. Масло из плодов *облепихи крушиновидной* обыкновенной принимают внутрь при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника.

Принимают по чайной ложке 3—4 раза в день до еды, обычно в течение одного месяца. В первые 3—5 дней приема обычно усиливается изжога, появляется кислотная отрыжка (особенно у больных с повышенной кислотностью). Устраняют этот недуг приемом порошка из корневищ аира до приема масла. При регулярном приеме масла нормализуется слизистая, исчезают ниши, болевые ощущения, тошнота и изжога. Приготовление масла в домашних условиях: из ягод выжимают сок и отстаивают в прохладном месте 2—3 дня. При таком отстаивании масло всплывает на поверхность, его аккуратно счерпывают (собирают). Масло, приготовленное таким путем, является самым полноценным.

11. Крупу или порошок из нее *овса посевного* в виде отвара, настоев, жидких каш или порошка принимают внутрь как обволакивающее и слизистое средство при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника.

Порошок принимают по чайной ложке 3—5 раз в день, лучше до еды, или при болях, запивая теплой кипяченой водой.

Настои или отвары готовят произвольно и по вкусу, как блюда, принимают без ограничения.

12. Семена и листья *подорожника большого* в виде настоя принимают внутрь при тяжелых формах язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника как противовоспалительное, болеутоляющее и обволакивающее средство.

Настой-слизь: ст. ложку, измельченных или целых се-

мян настаивают 10—15 минут в 1/2—1 стакане кипятка и пьют по 1/2—1 стакану слизи (не фильтруя) 2—3 раза в день до еды как болеутоляющее и обволакивающее средство при обострении язвенной болезни.

При ахилии желудка обязательно процидить!

Настой листьев; ст. ложку настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды.

13. Прополис в чистом виде или в смеси с алкоголем, маслом принимают внутрь при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника как более активное болеутоляющее, регенеративное и восстанавливающее слизистую оболочку средство.

Чистый прополис принимают по 5—7 г, продолжительно жуя, затем проглатывая, 3—5 раз в день за 1,5—2 часа до еды.

Настойка: 25%-ная на 70°—40°-ном спирте, принимают по 20—40 капель настойки на ст. ложку теплого молока или кипятка 3—5 раз в день за 1,5—2 часа до еды.

10—15%-ное масло на сливочной основе принимают по чайной ложке на 1/2 стакана теплого молока или кипятка 3—5 раз в день до еды. Приготовление масла см. в др. разделах.

14. Свежий сок из плодов *смородины черной* назначают без ограничения при язве желудка и двенадцатиперстника, анацидных гастритах, ахилии и катаре.

15. Траву *тимьяна ползучего (чабреца)* в виде настоя принимают внутрь при болях, спазмах и коликах в желудочно-кишечном тракте, язве желудка и двенадцатиперстника, отсутствии аппетита.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в стакане кипятка и принимают по 1—2 ст. ложки или по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день до еды.

16. Траву или листья *якорцев стелющихся* в виде отвара принимают внутрь малыми дозами при язве желудка и двенадцатиперстника с пониженной кислотностью (гипоцидное состояние).

Отвар: ст. ложку сырья кипятят 30 минут в стакане воды,

настаивают час и принимают по 1—2 ст. ложки отвара 3—5 раз в день до еды.

17. Ягоды *земляники обыкновенной (горной, лесной)*, употребляемые без ограничения, способствуют быстрому устранению язвы желудка и двенадцатиперстника, улучшают деятельность всего желудочно-кишечного тракта, нормализуют стул.

18. Травы *зверобоя обыкновенного*, травы *золототысячника* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстника (гиперацидное состояние), изжоге, болезнях печени и желчного пузыря.

19. Травы *зверобоя обыкновенного* — 20 г, травы *сухоцвета* — 20 г, травы *золототысячника* — 20 г, травы *тысячелистника* — 20 г, побегов *хвоща полевого* — 10 г.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают 2 часа в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при язве желудка и двенадцатиперстника (гипоцидное состояние).

20. Корневищ *аира*, травы *зверобоя обыкновенного*, листьев *кипрея*, травы *пустырника*, плодов *шиповника* — поровну.

Настой: 2—3 ст. ложки сбора настаивают 2—3 часа или ночь в 0,5 л кипятка и пьют по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день до еды при язве желудка и двенадцатиперстника (гиперацидное состояние).

21. При гастрите, язве желудка, двенадцатиперстника (любое состояние — гиперацидное, гипоцидное), когда мн. рекомендации для больного неприемлемы или не дают результата, необходимо делать ему инъекции собственной стерилизованной мочи по 2—3 мл 3—6 раз в день, удобнее под кожу бедра. Такие инъекции в комплексе с препаратами, рекомендованными выше, страхуют больного от резекции, восстанавливают слизистую больного органа, устраняют нишу и ускоряют полное выздоровление.

✦ ЯЗВЫ НАРУЖНЫЕ (кожные)

1. Свежие листья *алоэ древовидного* или сок из них используют наружно при труднозаживающих ранах и язвах, сопровождающихся сильными болями и упорно не поддающихся лечению.

Разрезанный лист сочной стороной прикладывают на больное место и закрепляют.

2. Траву *барвинка травянистого* в виде настоя используют наружно при гнойных язвах и дерматитах.

Настой: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и в теплом виде используют для обмывания гнойных язв и дерматитов, после ставят на них компрессы.

3. Траву *горца почечуйного* в виде настоя используют наружно при кровоточащих язвах, ранах и сыпи.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, применяют для примочек и повязок.

4. Траву *зверобоя обыкновенного* в виде масла используют наружно для лечения всех разновидностей язв и старых ран.

Масло: 20 г порошка из травы настаивают в горячем месте 5—10 дней в 100 мл подсолнечного масла, периодически взбалтывая, и применяют для повязок.

5. Листья и стебли *каланхоэ перистого* в виде сока из них используют в хирургической практике для лечения простых, гнойных и трофических язв.

Свежеперетертое сырье отжимается, процеживается сок из него, который применяется для повязок.

6. Соцветия *календулы обыкновенной* в виде настойки используют наружно для обмываний и компрессов на поверхность, пораженную язвами, сыпями и фурункулами.

Настойка: 20%-ная на 70°—40°-ном спирте.

7. Свежеистолченные листья *капусты огородной* прикладывают к гнойным ранам и язвам, закрепляют бинтом.

8. Сок из свежего *картофеля* рекомендуется применять наружно как противовоспалительное средство для лечения трофических язв, острых дерматитов, развивающихся после использования радиотерапии.

Приготовление и применение: чистый картофель пропускают через соковыжималку. Полученную жидкую массу накладывают на сложенную в несколько слоев марлю толщиной 0,5—1 см и фиксируют к пораженному участку кожи. Через 1,5—2 часа эту массу осторожно снимают шпателем и заменяют новой.

9. Листья и корни *крапивы двудомной* в виде настоя используют наружно при гнойных, свежих и кровоточащих ранах и язвах.

Настой: 2 ст. ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка и применяют для примочек, орошений и компрессов.

10. Свежеперетертые корни *лопуха большого* используют наружно в виде повязок для лечения труднозаживающих язв, ожогов и ран.

11. Препараты *маточного (пчелиного) молочка* используют в виде аэрозолей, обмываний и компрессов для лечения свежих, старых, пендинских и трофических язв.

Раствор: 1—2 мг (на кончике ножа) молочка смешивают со 100 мл теплой кипяченой воды и путем орошения этим раствором пораженного участка добиваются полного исцеления.

Компресс: теплым раствором промывают пораженный участок кожи, пропитывают им сложенное в 3—4 слоя льняное полотно и прикладывают на язвенную поверхность. Сверху компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой и закрепляют. Такие процедуры делают 1 раз в 1—2 дня и добиваются прекрасного результата.

12. Центробежный *мед* в чистом виде или растворе используют наружно при хронических, старых, гнойных и свежих язвах.

Применяют в виде повязок после обработки язвенной поверхности перекисью водорода или раствором марганца, чистым медом или 50%-ным раствором его в теплой кипяченой воде, меняя повязку 1 раз в сутки.

13. *Облепиховое масло* применяют наружно и принимают внутрь при лучевом поражении (повреждении) кожи с образованием язв на ней.

Маслом обильно смазывают пораженные участки кожи или делают повязки и принимают внутрь по 1/2 ст. ложки 3 раза в день до еды.

14. Молодые (клейкие) листочки *ореха грецкого* в виде настоя используют наружно при туберкулезе кожи, скрофулезе, волчанке и язвах.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев настаивают 2 часа в стакане кипятка, подогревают и применяют для компрессов на пораженные участки кожи.

15. Траву *очитка едкого* в виде мази используют наружно при старых, гнойных и труднозаживающих ранах, язвах и псориазах.

Мазь: 1 часть порошка из травы смешивают с 4 частями перетопленной жировой основы, промешивают до полного ее остывания.

16. Свежие истолченные листья *подорожника большого* или *ланцетного* используют в виде повязок при абсцессах конечностей, инфицированных и кровоточащих язвах с наростом на них. Повязки меняют 1 раз в сутки.

17. Свежую растертую траву *полыни горькой* (лучше майского сбора) используют в виде повязок как обеззараживающее средство при старых и труднозаживающих ранах и язвах. Меняют повязки 1 раз в сутки.

18. 5—10%-ный раствор *прополиса* в виде орошений или 5—10%-ное прополисное масло с успехом используют как достаточно сильное бактерицидное, обезболивающее и регенеративное средство при незаживающих трофических язвах нижних конечностей, долго не заживающих ранах, глубоких пиодермиях и волчанке.

В начале лечения необходимо обработать больную поверхность перекисью водорода, потом раствором прополиса и приложить салфетку с прополисной мазью. Повязку закрепляют и меняют через 1—2 суток. Снятие таких повязок менее болезненно, чем с др. препаратами, они не прилипают к ране и не травмируют грануляций.

19. Семена *редьки посевной (черной)*, превращенные в порошок и смешанные с небольшим количеством сока из корнеплода или теплой кипяченой воды, используют наружно в виде орошений или припарок как более эффек-

тивное антибактериальное и антиникотическое средство при гнойных и хронических язвах и ожогах.

20. Плоды *софоры японской* в виде настойки используют для орошений или примочек при острых гнойных и хронических язвах и ожогах.

Настойка: 15%-ная на 70°—40°-ном спирте.

21. Траву *сушеницы болотной* в виде настоя на кипятке или (что лучше) на подсолнечном масле используют наружно при поражениях кожи рентгеновскими лучами, язвах, труднозаживающих ранах.

Настой 1: 1—2 ст. ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и применяют для примочек и обмываний.

Настой 2: 1—2 ст. ложки порошка из травы настаивают 5—10 дней в стакане теплого подсолнечного масла, используют для повязок.

22. Листья без колючек *татарника колючего* (*будяк, чертополох*) в виде настоя, отвара или порошка используют для обмываний, компрессов, присыпок при кровоточащих и гнойных язвах, ранах и ссадинах.

Настой: 1—2 ст. ложки листьев (колючки обрезают) настаивают 4 часа в стакане кипятка.

Отвар: 1—2 ст. ложки листьев кипятят 10 минут в стакане воды и используют в теплом виде.

23. 15—25%-ное *прополисное масло* смешивают 1 : 1 с порошком из смолы (живицы) *сосны лесной*. Обрабатывают язвенную поверхность перекисью водорода или раствором марганца. Дают ей высохнуть. На больное место прикладывают эту сметанообразную массу и закрепляют бинтом или пластырем. При пендинской язве такую процедуру делают несколько раз.

24. *Мед* пчелиный — 100 г, 15%-ное *прополисное масло* — 100 г.

Сбор смешивают на водяной бане до образования однородной массы. Используют для повязок при хронических не заживающих ранах и язвах.

25. Травы *зверобоя обыкновенного* — 20 г, плодов *софоры японской* — 10 г, травы *сушеницы болотной* — 20 г.

Настой: порошок из всего сбора настаивают 10 дней в

150—200 мл горячего масла, периодически взбалтывая. Используют масло для повязок при старых и свежих язвах, меняя их 1—2 раза в сутки.

26. Соцветий *календулы обыкновенной* — 10 г, почек *тополя* — 20 г, соцветий *тысячелистника большого* — 20 г.

Настой: порошок из всего сбора настаивают 10 дней в 100—150 мл облепихового или подсолнечного горячего масла, периодически взбалтывая. Используют масло при всех гнойных и старых язвах для повязок, меняя их 1—2 раза в сутки.

27. Корневищ *аира болотного* — 10 г, травы *сушеницы болотной* — 20 г, травы *тысячелистника обыкновенного* — 10 г, листьев *чертополоха* — 10 г.

Настой: порошок всего сбора настаивают 10 дней в 100—150 мл горячего масла, периодически взбалтывая. Используют при всех гнойных, свежих и старых язвах.

28. Листьев *подорожника большого*, почек *тополя*, травы *тысячелистника* — поровну.

Приготовление масла, его назначение и применение — см. № 26, 27.

29. Травы *вереска обыкновенного* — 30 г, соцветий *календулы* — 30 г, почек *тополя* — 20 г, травы *чистотела большого* — 10 г.

Приготовление масла, его назначение и применение — см. № 26, 27.

30. При свежих и старых язвах, трудно поддающихся лечению, с абсцессом конечностей больную поверхность тщательно обмывают мочой больного, накрывают толстой повязкой и пропитывают теплой мочой больного. Сверху этот компресс накрывают пропарафиненной бумагой или целлофановой пленкой, потом укутывают, по мере высыхания увлажняют снова, допускается и старой, но подогретой мочой больного.

При множественных язвах, вплоть до гангренозных, больного переводят на полное голодание в течение продолжительного времени с приемом внутрь только по 1/2—2/3 стакана 3—5 раз в день его мочи и отстоянной воды, соблюдая увлажнение компресса.

Такой комплексный подход к лечению дает достаточно быстрое исцеление.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И ОТВЕТЫ НА ПИСЬМА ЧИТАТЕЛЕЙ

После первого издания книги «Народная медицина» в адрес авторов поступило большое количество читательских писем. В них выражается благодарность за практические советы, рекомендации по методике приготовления и применению лечебных препаратов, за помощь, которую оказали лекарственные средства, приведенные в книге.

В некоторых письмах содержатся вопросы, касающиеся порядка применения средств народной медицины, отдельных заболеваний, просьба рассказать о новых препаратах, дать дополнительные разъяснения и рекомендации.

Новое издание книги Виктор Николаевич Кортиков дополнил комментариями писем читателей. Ниже приводятся ответы автора на наиболее часто встречающиеся вопросы, в частности на вопросы о возможности лечения такого тяжелого вирусного заболевания, как синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД)*.

1. *Читатель Мокроусов Е. Г. из г. Анапы спрашивает: существуют ли другие, кроме приведенных в книге, способы лечения гриппа и иных простудных заболеваний?*

В соответствующих разделах книги приведено свыше тридцати рецептов для лечения простудных заболеваний, в том числе и гриппа. Рекомендую еще один способ, который с полным правом может быть отнесен к народной терапии.

Почувствовав первые симптомы наступающей болезни, попробуйте попариться в хорошо прогретой бане. Лечение

* Ответственности за авторские рекомендации издательство не несет.

будет гораздо эффективней, если баню принять на пару из густого настоя молодых клейких почек *осины обыкновенной* или *тополя черного*. Настой для образования пара точной дозировки не требует, делается произвольной концентрации. Продолжительность процедуры — 20—30 минут.

Если у больного в ходе лечебной процедуры возникнет жажда, ее можно утолить настоем из тех же почек *осины* или *тополя черного*. Для этого надо взять 2—3 ст. ложки измельченных почек, настоять их в течение 2—3 часов в литре кипятка, хорошенько профильтровать и добавить мед по вкусу.

Принимать приготовленный настой можно без строгой дозировки, практически в неограниченном количестве.

2. Читатель Суколенко И. П. из г. Ростова-на-Дону спрашивает, какие меры следует принять в случае эпидемии гриппа для профилактики и лечения этого заболевания.

Для профилактики гриппа можно рекомендовать ежедневные прибавки к пище очищенного прополиса. Это достаточно активный антибиотик и прекрасное кровоочистительное средство для всего организма.

В тех же целях рекомендуется использовать и настойку прополиса.

Если вы решили использовать чистый прополис, то принимайте его по 7—10 г 3—5 раз в день, продолжительно его жуйте, потом проглотите.

Если вы решили воспользоваться настойкой, то приготовьте ее на 70°-ном спирте. 30%-ная настойка принимается разведенной в 1/2 стакана теплого кипятка или чая по 3—5 раз в день по одной чайной ложке за час до приема пищи.

3. Читательница Воротникова В. Г. из Краснодара спрашивает, какие меры защиты следует применять при уходе за членами семьи, заболевшими гриппом.

Отличным дезинфицирующим и, одновременно, лечебным средством является сок из корнеплода *чеснока посевного*.

При уходе, обслуживании, любом другом контакте с больным гриппом надо пропитать соком чеснока ватные или марлевые тампончики и закрыть ими ноздри. Это послужит гарантией вашей защиты от инфекции.

Полезно также использовать очищенный от шелухи зубок чеснока. Если у вас нет противопоказаний к его приему, положите дольку чеснока в рот и медленно посасывайте его в течение продолжительного времени.

Еще один способ: приготовьте 30%-ную настойку чеснока на 40°-ном или 70°-ном спирте. 1/2 или 1 чайную ложку настойки смешайте с 1/2 стакана теплого кипятка и 2—3 раза в день полощите полученной смесью полость рта.

В профилактических целях этой смесью можно пропитать марлевые или ватные тампончики и закрыть ими ноздри. Той же смесью рекомендуется протирать лицо и руки непосредственно перед и сразу после контакта с заболевшим гриппом.

4. Читательница Крюкова Р. Ф. из г. Ейска интересуется, какие бытовые средства можно использовать, чтобы уберечь себя от заражения гриппом.

Следует помнить, что грипп — опасное, острое респираторное заболевание, протекающее с явлениями общей интоксикации, с повышением температуры, появлением общей слабости, головной боли, иногда тошноты. Основной путь заражения — капельная инфекция, передающаяся от больного к здоровому человеку. Особенно опасен в этом смысле больной в первые 2—3 дня после начала заболевания. Поэтому одним из важнейших профилактических средств и средств личной гигиены является защитная маска на лице человека, который осуществляет уход за инфекционным больным.

Приведенные выше средства индивидуальной защиты будут еще надежней, если вы сделаете себе маску из 3—4

слоев чистой марли или 2—3 слоев льняного полотна. Маска должна быть таких размеров, чтобы полностью закрывать ваши дыхательные органы — рот и нос.

Если маска рассчитана на многоразовое использование, вам надо периодически, не реже одного раза в день (а лучше чаще), кипятить ее в отдельной посуде в течение 10—15 минут, после чего выстирать, просушить и прогладить горячим утюгом.

Совокупность всех этих средств защиты уберезет вас от заражения инфекционными заболеваниями как при контактах с больными, так и при вспышках и эпидемиях гриппа вообще.

5. Читатель Полатило Л. А. из г. Омска спрашивает: что делать, если больной, которому рекомендована уринолечение, отказывается от этой процедуры?

Такое явление встречается довольно часто на начальном этапе лечения. Особенно капризны в этом смысле больные, страдающие хроническими заболеваниями. Постарайтесь убедить больного. Если же он категорически отказывается принимать мочу, то предложите ему другой вариант: стерилизованную мочу можно ввести в организм подкожно, путем инъекции. Однако следует помнить, что эта процедура проводится на фоне полного голодания и с учетом всех рекомендаций, содержащихся в книге.

Какой бы мутной, неприятной на вид и ядовитой на запах ни казалась больному собственная моча, он должен знать, что правильное ее применение на фоне полного голодания несет облегчение, а затем и полное исцеление от болезни. В крайних случаях, когда у больного наблюдается стойкое и резкое отвращение к виду и запаху этого лекарственного средства, можно позволить ему запить мочу теплой кипяченой водой, предварительно растворив в ней немного меда. При последующих приемах качество мочи значительно улучшится.

6. Читательница Лагутина Л. Е. из г. Донецка жалуется, что, пользуясь рекомендациями книги, она приготовила настой из травы змееголовника сибирского и попробовала лечиться этим настоем от туберкулеза, однако улучшения пока не наблюдается.

Общим правилом для лекарственных препаратов, приготовленных из компонентов, которые дает нам Природа, является их постепенное, растянутое по времени воздействие на больной организм. Мгновенного излечения ждать не следует. Это объясняется тем, что радикально действующих веществ в растениях обычно очень немного, их концентрация, как правило, незначительна. С другой стороны, может быть, именно поэтому применение лечебных препаратов из растений дает в конечном итоге большой эффект и способствует полному излечению от болезни, причем без побочных явлений, отклонений и последствий. Любое лекарственное средство — и в этом смысле трава змееголовника не является исключением, — рассчитано на длительное применение в строгом соответствии с рекомендациями, которые даются в рецептурнике. Кроме того, для лечения любого недуга лучше пользоваться не одним, а комплексом средств. Например, в вашем случае лечить болезнь не только змееголовником или тимьяном, а добавить к ним почки тополя, осины, и другие рекомендованные в книге растения.

7. Читатель Найденов М. Г. из г. Днепропетровска спрашивает, как правильно применять облепиховое масло при лучевом поражении, в результате которого на теле появились язвы.

Подробный ответ на этот вопрос содержится в разделе «Язвы наружные», № 13.

При лечении лучевого поражения с образованием язв на кожном покрове следует иметь в виду, что облепиховое масло применяется как внутренне, так и наружно.

Маслом обильно смазывают пораженные язвами участки кожи. В необходимых случаях можно сделать по-

вязку из смоченных в масле нескольких слоев чистой марли. Внутрь принимают до 1/2 ст. ложки облепихового масла 3 раза в день, делать это необходимо незадолго до приема пищи.

8. Читатель Иванов Р. Х. из г. Рыбинска спрашивает, насколько опасен для окружающих человек, заболевший дифтерией.

Основные симптомы этой болезни приведены в соответствующем разделе книги. Дифтерия — опасное инфекционное заболевание, носителем которого может стать не только больной с явными признаками болезни (воспалением слизистых оболочек зева, гортани, поражением различных органов), но и внешне вполне здоровый человек — носитель дифтерийной палочки.

Помните: дифтерия передается воздушно-капельным путем, через предметы обихода, вещи личного пользования и не только непосредственно от заболевшего дифтерией, но, подчас, и через третьих лиц.

Вопреки бытующему мнению, что дифтерией болеют в основном дети в возрасте до 10 лет, эта болезнь поражает людей практически всех возрастов.

Рецепты и способы лечения дифтерии приведены нами в разделе «Дифтерия». Что касается средств индивидуальной защиты, то, во избежание заражения, человек, осуществляющий уход за больным, обязательно должен носить защитную маску. Приготовить ее можно так же, как описано в ответе на письмо № 4: берется 2—3 слоя чистой марли или льняного полотна, шьется повязка с тесемками, две из которых завязываются на затылке, а две — ниже, ближе к шее. При повторном использовании маска кипятится в течение 10—15 минут, просушивается и проглаживается.

Рекомендуется принять дополнительные меры дезинфекции, усилив таким образом бактерицидные свойства маски. Для этого ее пропитывают настоем из корневищ *аира болотного*, молодой коры *ивы* (любых видов), на-

стоим или настойкой из почек *осины* или *тополя черного*. Настой или настойка берется в произвольной концентрации, а марлевая маска либо сушится и проглаживается утюгом, либо используется в непросушенном виде, влажной.

9. Читательница Рогозина Е. М. из г. Москвы просит уточнить, в каких условиях лучше хранить приготовленный ею яблочный уксус и собранное лекарственное сырье.

Яблочный уксус лучше всего разлить в бутылки, плотно закупорить пробками и залить воском. Хранить яблочный уксус следует в сухом прохладном и темном месте.

Что касается лекарственного сырья, то, предварительно измельченное, просушенное и очищенное в соответствии с данными нами рекомендациями (см. раздел «Общие сведения о лекарственном сырье»), оно также должно храниться в сухом прохладном месте, защищенном от воздействия прямых солнечных лучей.

Для правильного хранения готового лекарственного сырья лучше использовать чистые жестяные банки фабричного производства (из-под повидла, томатной пасты и т. д.), желательно, чтобы эти банки имели антикоррозийное покрытие, например, были облужены.

На емкости с яблочным уксусом необходимо сделать соответствующие надписи. Каждая банка с сырьем также должна быть снабжена этикеткой с названием сырья, годом сбора, формой приготовления и другими данными, характеризующими его качество, количество и назначение.

10. Читатель Коршиков Н. Н. из г. Новочеркасска спрашивает, в чем разница между ангиной и тонзиллитом и каковы общие симптомы болезней.

Ангина и острый тонзиллит — разные названия одной болезни. Это общее, острое инфекционное заболевание с

ярко выраженной симптоматикой — воспалительным процессом в области глотки. Заражение этой болезнью возникает как самостоятельно, так и при тесном контакте с больным. К сожалению, типичным является заражение этой болезнью детей, посещающих школу или детский сад. Ангиной часто болеют и взрослые. Случается, болеют несколько членов семьи одновременно.

Наибольшее распространение ангина имеет ранней весной или осенью, когда имеет место неустойчивая погода, резкий перепад температуры воздуха.

Неприятная и опасная сама по себе, ангина может вызывать побочные явления, осложнения на почках, в сердце или суставах.

При уходе за больным ангиной рекомендуется пользоваться марлевой повязкой, маской из нескольких слоев льняного полотна, плотно закрывающими органы дыхания. При этом остается в силе общая рекомендация о дезинфекции индивидуальной маски в случае ее повторного использования — стирка, сушка, глажка горячим утюгом.

11. Читательница Пальчикова Л. Б. из г. Таганрога спрашивает, какие первоочередные меры надо принять, если в семье появился больной респираторным (легочным) заболеванием.

При любых инфекционно-аллергических заболеваниях дыхательных путей, передаваемых воздушно-капельным путем (астма, бронхит, воспаления, пневмония, туберкулез и др.), людям, осуществляющим уход за больным, следует пользоваться защитной маской. При этом не имеет значения, насколько ярко выражены (или стерты) формы и симптомы заболевания.

При сложных («запущенных») формах заболевания рекомендуется дополнительная (кроме кипячения и стирки) дезинфекция марлевой или льняной защитной маски путем пропитки произвольным по концентрации наст

ем из корневищ *аира болотного*, молодой коры *ивы* (всех видов), настоем или настойкой из почек *осины обыкновенной*, *тополя черного*. После такой обработки маску можно высушить, но лучше использовать ее влажной. Ни в коем случае нельзя допускать, чтобы вашей маской повторно воспользовался другой человек.

12. *Читательница Воронова Г. И. из г. Москвы просит сообщить: надо ли пользоваться средствами индивидуальной защиты при уходе за больным менингитом?*

Да, надо. При уходе за больным менингитом, независимо от того, ухаживаете вы за ним дома или в больнице, необходимо закрывать свои дыхательные органы (рот и нос) марлевой или льняной повязкой.

Если такая повязка используется вами больше одного раза, ее следует прокипятить, а еще лучше продезинфицировать, как это описано в предыдущем ответе (№ 11). Дополнительная дезинфекция многократно увеличит бактерицидные свойства этого индивидуального средства защиты и уберет вас от опасности заражения.

Те же рекомендации следует соблюдать при уходе за больным холерой, тифом, коклюшем и другими острыми инфекционными и респираторными заболеваниями.

13. *Читатель Вихлянцева А. Н. из г. Волгодонска спрашивает, какие лекарственные средства мог бы порекомендовать автор при нервном и физическом истощении.*

При бессоннице, нервном и физическом истощении, истерии, повышенной возбудимости можно порекомендовать *йод* и препараты, изготовленные из *астрагала пушистоцветкового*, *валерианы лекарственной*, *желтушников*, *пустырника сердечного*, *синюхи лазурной* и других растений.

Способ приготовления этих препаратов и их применение описаны в разделах «Неврастения» и «Бессонница».

14. Читательница Борисова Е. М. из г. Воронежа пишет, что книга помогла ей избавиться от давнего аллергического заболевания, и просит привести рецепт активного кровоочистительного средства.

Отличным кровоочистительным средством, исцеляющим весь организм, является очищенный прополис и препараты, приготовленные на его основе.

Очищенный прополис лечит множество недугов, в том числе и сложные инфекционные заболевания, даже сифилис и СПИД.

Принимать надо по 7—10 г очищенного прополиса 3—5 и более раз в день, лучше до еды. Прополис долго жуют, усваивают целебную по своим свойствам слюну, а после продолжительного жевания проглатывают. Эту процедуру можно проводить не только непосредственно перед приемом пищи, но и на ночь.

Для достижения кровоочистительного эффекта в рацион питания следует включить 15—20%-ное прополисное масло, намазывая его на хлеб или принимая любым другим способом, без строгой дозировки.

Рецепт приготовления прополисного масла вы найдете в разделе «Бронхиальная астма».

15. Читатель Репин П. М. из г. Новошахтинска также интересуется кровоочистительными и тонизирующими организм лекарственными средствами.

Попробуйте использовать для лечения очищенный прополис и прополисное масло.

Кроме того, рекомендуем принимать настой следующего состава: возьмите 2 ст. ложки *астрагала пушистоцветкового*, 1 ст. ложку *барвинка малого*, 2 ст. ложки травы и корневища *горца птичьего*, 2 ст. ложки корневищ *солодки голой*, 2 ст. ложки почек *тополя*, 2 ст. ложки травы *фиалки трехцветной*.

3—4 ст. ложки этого сбора настаивайте 2—3 часа (можно всю ночь) в литре кипятка. Потом отфильтруйте, до-

бавьте по вкусу мед и принимайте по 1/2—1/3 стакана теплого настоя 3—5 и более раз в день, лучше до еды. Это очень активное кровоочистительное и тонизирующее средство.

16. Читатель Коломенский Э. Я. из г. Ярославля спрашивает, какие еще, кроме приведенных в книге, имеются средства от нарушения обмена веществ.

Доступным и действенным средством при нарушении обмена веществ является центробежный (пчелиный) мед, как принимаемый внутрь, так и используемый наружно. Это средство также поможет при запорах и геморрое.

Принимают по 1 ст. ложке меда 3—5 раз в день, запивая теплым кипятком, лучше за час до еды и на ночь.

При наружном применении страдающим запорами и геморроем следует придерживаться следующей методики: после каждого опорожнения кишечника и подмывания смазывайте медом (проникая максимально глубоко) внутреннюю поверхность прямой кишки, а также шишки.

В данном случае мед играет роль отличного бактерицидного, болеутоляющего и регенеративного (заживляющего) средства.

17. Читатель Деревянко В. Н. из г. Курска пишет, что, занимаясь сбором лекарственных растений, он руководствуется рекомендациями авторов книги о времени созревания, стадии цветения, начале или конце сокодвижения и т. д. А вот имеет ли значение при сборе трав погода?

Несомненно. Если корни растений можно выкапывать практически в любую погоду, то все надземные части рекомендуется собирать в сухую солнечную погоду, когда растения уже обсохли от росы. Лучше всего делать это с 10 до 16 часов, ибо поверхностная роса и ее остатки приводят к быстрой порче лекарственного сырья. Плоды растений также следует собирать в сухую ясную погоду.

18. Читательница Малахина Г. И. из г. Москвы спрашивает, как лучше сушить собранные ею лекарственные травы: в естественных условиях или в специальной сушилке.

Тепловая сушка с искусственным обогревом имеет ряд преимуществ. В специальной сушилке процесс происходит значительно быстрее, к тому же вы имеете возможность регулировать температуру в зависимости от особенностей вида лекарственного сырья. Если же сушка происходит в естественных условиях, на чердаке, в сарае, в другом крытом помещении, то вам следует проследить, чтобы это помещение имело хорошую вентиляцию и чтобы на собранные вами растения не падали прямые солнечные лучи.

Для разных частей растений необходимо соблюдать разные режимы сушки. Например, мелкие листья можно сушить, положив их в несколько слоев (но не более трех), а крупные листья лучше раскладывать в один слой.

Чтобы проверить, правильно ли высушены растения, используйте самый простой прием: травы и листья, уже готовые к приготовлению препарата или к хранению, легко перетираются в ладонях, а стебли и прожилки должны не изгибаться, а ломаться при трении. Сочные плоды лекарственных растений сушат ровно до такой степени, чтобы они не слипались при хранении в комки. Корни и корневища, предварительно измельчив ножом, рекомендуется периодически переворачивать при сушке, чтобы они отдавали излишнюю влагу равномерно. Почки деревьев надо сушить в сухую погоду при невысокой температуре воздуха, так как в теплом помещении они начнут раскрываться и станут непригодными для дальнейшего использования.

19. Читательница Склярова В. И. из г. Шахты спрашивает: правда ли, что артрит, которым она болеет, можно вылечить с помощью баклажанов?

Это не совсем так. Артриты и полиартриты — серьезное заболевание, характеризующееся болями в суставах и связанными с этими болями ограничениями в движении.

ях. *Баклажаны* действительно рекомендуются людям, страдающим этим заболеванием, но не в качестве лекарства, а в качестве лечебного питания, способствующего устранить недуг. Для лечения же следует применять средства, приведенные в разделе «Артрит»: клубни *аронита*, настой из цветков *бузины*, отвары из семян и плодоножек *вишни*, настой из травы *герани* и т. д.

20. Читатель Шутов С. Т. из г. Ростова-на-Дону жалуется, что не смог купить в аптеках города растение *дескурайнию Софии*, и спрашивает, чем это растение можно заменить.

Однолетнее травянистое растение *дескурайния Софии* распространено на Кавказе и многих других регионах России. Плодоносит оно в августе. Препараты из *дескурайнии* обладают антисептическими, жаропонижающими, ранозаживляющими свойствами, а отвар из травы и корней *дескурайнии* принимают при бронхите, воспалении почек и желчного пузыря. Таким образом, это растение обладает ярко выраженными лечебными качествами. Однако, если вам по каким-либо причинам не удалось приобрести лекарственное сырье из *дескурайнии*, не отчаивайтесь. Кладовая Природы воистину безгранична, в ней есть множество аналогов, заменителей, растений, исцеляющие свойства которых дублируют друг друга, и *дескурайния Софии* — не исключение. Если вы хотели применить *дескурайнию* как жаропонижающее средство, раскройте соответствующий раздел книги и найдете там массу других, не менее действенных рекомендаций. То же самое можно сказать, если вы решили применить это растение при лечении гриппа, кашля, лихорадки или скарлатины.

21. Читатель Самолетов И. Б. из г. Таганрога спрашивает, на какой основе лучше готовить целебные мази.

Основой для мазей лучше всего брать внутренний свиной вытопленный жир, или, как его еще называют, сма-

лец. Этот жир легко всасывается в кожу и, что немало важно, в нем относительно легко размещать порошок из рекомендованного вам лекарственного растения. Гораздо хуже в смальце размешиваются соки, настойки и стуженные отвары. Кроме внутреннего свиного жира, в качестве основы для мази можно взять коровье масло, только не забудьте, что масло должно быть свежим и несоленым. Если под рукой нет ни смальца, ни сливочного масла, используйте в этих же целях обыкновенное подсолнечное или любое другое масло растительного происхождения.

Соотношение компонентов при приготовлении мази берется обычно 1 : 4, одна часть лекарственного сырья на четыре части основы.

22. Читательница Гулова Н. Г. из г. Новороссийска спрашивает, как правильно понимать часто встречающиеся в книге предупреждения о ядовитых качествах препаратов.

Такие предупреждения действительно довольно часто встречаются в книге. Для наглядности они выделены специальным шрифтом и снабжены восклицательными знаками. Предупреждения означают, что при дозировке и приеме этих лекарственных средств следует соблюдать особую точность и осторожность. Если в рецепте рекомендуется дозировка 2 или 3 капли в один прием, значит, добавление даже одной лишней капли лекарства к указанному количеству может пагубно отразиться на вашем здоровье и вместо пользы нанести непоправимый вред. Также строго следует соблюдать требование о числе и времени приема лекарства.

Подобные предупреждения, в частности, характерны для лекарственных препаратов из *белладонны (красавки), болиголова, дурмана, адониса, плюща кавказского, чины луговой, белены, вороньего глаза* и других.

Встретив в книге указанные выше предупреждения, относитесь к приему рекомендуемых препаратов с повышенным вниманием, осторожностью и аккуратностью.

23. Читатель *Воскобойников С. С.* из г. *Ростова-на-Дону* сообщает, что он очень внимательно следит за публикациями авторов, и заметил, что в книге «Народная медицина» отсутствует глава, где говорится о пригодных в пищу растениях. Читатель просит восполнить этот пробел.

В книге «Лекарственные растения» описаны растения, рекомендуемые для употребления в тяжелых, экстремальных ситуациях, когда людям грозит гибель от голода, недоедания. Приведем краткий перечень таких растений: цветки *белой акации*; кора, листья и плоды *желтой акации (карагана)*; мука из корней *алтея лекарственного* — ее можно употреблять как добавку при выпечке хлеба; в свежем виде пригодны в пищу листья *барбариса обыкновенного*, ягоды *черной бузины*, корни *донника лекарственного*.

В экстремальных ситуациях для выпечки хлеба можно использовать размолотые желуди *дуба обыкновенного*, в тесто можно добавлять и порошок из *цветков бузины*.

В вареном и печеном виде пригодны к употреблению клубни *зопника обыкновенного*, из них получается отличная мука для приготовления каши.

Корневища и прикорневая часть стеблей *озерного камыша* имеют очень нежную структуру и сладкий вкус. Они съедобны и в сыром, и в запеченном виде. Из высушенных корневищ камыша делают муку, которую добавляют в тесто при выпечке суррогата хлеба.

В свежем, печеном, вареном и жареном виде используются ядра *каштана обыкновенного (конского)*. Каштановая мука годится в качестве добавки при выпечке хлеба.

В сушеном, маринованном виде можно употреблять в пищу надземную часть *лугового клевера*. Из свежих молодых стеблей и листьев *клевера гибридного* готовят салаты.

Молодые свежие корни *донника лекарственного* пригодны в пищу как в сыром, так и в отваренном виде. Из листьев донника можно сделать салат, суп и даже окрошку.

Отваренные корни *алтея лекарственного* употребляют вместо овощей, а из корней алтея можно смолоть муку и использовать ее как примесь при выпечке хлеба.

Широко известны пищевые качества *крапивы двудом-*

ной. Из ее листьев и молодых побегов готовят пюре, супы, борщи, салаты, диетические блюда.

Также пригодны в пищу корневища, побеги и листья *лапчатки гусиной*.

Молодые корни *лопуха большого* съедобны практически в любом виде. Из листьев лопуха можно сварить суп. Из корней лопуха можно смолоть муку и использовать ее как добавку при выпечке лепешек.

Съедобен и *одуванчик лекарственный*. Для удаления привкуса горечи его листья вымачивают в холодной, слегка подсоленной воде в течение 30 минут. Цветки одуванчика можно сварить, настоять около суток, затем добавить сахар и снова варить до полной готовности.

Из молодых листьев *подорожника большого* готовят бутербродную массу, салаты, супы, пюре и даже котлеты. Блюда из подорожника хороши в комбинации со щавелем, крапивой, морковью и картофелем.

Муку из корневищ *пырея ползучего* используют для выпечки хлеба; из корневищ также можно сварить кисель или кашу.

Отличный салат готовят из *спырыша обыкновенного*, из листьев, побегов и корней *татарника колючего*.

Сочные стебли *хвоща полевого* едят в сыром виде, из них готовят салаты, омлеты, запеканки, а зимующие корни хвоща содержат необходимый организму крахмал.

Варить, тушить, жарить и запекать можно свежие молодые листья, стебли и побеги *цикоря обыкновенного*.

Годится в пищу *чертополох колючий*. Цветочные корзинки чертополоха отваривают, а из побегов и листьев готовят щи, фарши, заправки. Корни в отваренном виде используются в качестве гарнира.

Муку из початков *кукурузы* можно использовать как сырье для выпечки хлеба с повышенным содержанием клетчатки. Кстати, хлеб из кукурузы по вкусу мало чем уступает пшеничному и обладает лечебными свойствами, например, может помочь предотвратить развитие онкологических заболеваний.

24. Кайдаликов В. Я. из г. Волгограда спрашивает: возможно ли с помощью средств Природы исцелить или помочь больному, 8 лет страдающему болезнью Альцгеймера? Если это возможно, расскажите, пожалуйста, более подробно об этом заболевании, о способах и методах его лечения.

Это заболевание связано с продолжительной разрушающей деятельностью клеток головного мозга, в результате которой он уменьшается в размерах, особенно отделы мозга, отвечающие за мышление и память.

Болезнь часто протекает с психическими расстройствами и душевной болью от ощущения своей ненужности для семьи и окружения. При этом у больного часто сохраняется чувство собственного достоинства и самоуважения, которое следует поддерживать любым способом. Физические боли при этом заболевании, как правило, крайне редки.

Этиология (происхождение) этого заболевания точно не ясна, но опыт подсказывает, что оно может быть вызвано многими причинами: черепно-мозговой травмой, зашлакованностью организма, и его сосудов — в первую очередь (при этом нарушается питание клеток мозга), особенно при продолжительной интоксикации (отравлении) организма вследствие вирусных и часто инфекционных заболеваний.

Болезнь Альцгеймера протекает достаточно долго (5—15 и более лет), но сократить это время, облегчить состояние больного и даже исцелить его можно путем доброжелательного отношения близких людей, кропотливым трудом и средствами, предусмотренными на этот счет Природой.

1. В начальной стадии заболевания, пока больной более послушен и менее капризен, ему следует произвести очистку организма с помощью подсолнечного масла, как это описано в разделе «Головная боль», № 31.

Одновременно следует в полном объеме использовать рекомендацию № 50, в разделе «Кишечные заболевания».

После этих, тем более двух, тщательно проведенных

чисток результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

2. На продолжительное время больному следует ограничить (свести на нет) употребление мясных продуктов, соли и сахара.

3. Одна из особенностей исцеления данного недуга — устранение первопричины заболевания (если оно известно) средствами, активно очищающими сосуды головного мозга от липидов, преимущественно холестерина, вируса, интоксикаций или инфекций.

Важно способствовать питанию клеток головного мозга высококалорийной пищей растительного происхождения и продуктами жизнедеятельности пчел. В рационе питания больного желательно иметь: порошок из плодов *софоры японской*, *гороха посевного*, плодов *шиповника*, *кедра сибирского*, *ореха грецкого*, *фисташки* и т. д., солод, приготовленный из зерен *пшеницы* или *кукурузы*, *маточное (пчелиное) молочко*, *мед*, *прополис* и его препараты.

4. Плоды *гороха посевного* в виде порошка принимают внутрь по 1—2 чайной ложке 3—5 раз в день, запивая теплой водой за час до еды. Это средство богато глютаминовой кислотой, которая улучшает питание клеток головного мозга, устраняет атеросклеротические проявления и головные боли.

5. Траву *живокости полевой* в виде настоя принимают внутрь при травматических и сосудистых нарушениях головного мозга.

Настой: 2 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа или ночь в 2-х стаканах кипятка. Процеживают, добавляют по вкусу мед и принимают по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день за час до еды.

6. *Маточное (пчелиное) молочко* в чистом виде или в смеси с медом (последнее менее эффективно) принимают внутрь при рассеянном склерозе, спазмах сосудов головного мозга, как средство, активно усиливающее иммунную сопротивляемость организма к инфекциям и преждевременному одряхлению организма.

Чистое молочко, 30 мг (на кончике ножа) кладут под язык и держат его там до полного рассасывания 3—5 раз в день за час до еды.

Смесь: 10 г чистого молочка смешивают на водяной бане со 100 г меда до полного остывания. 1/4 чайной ложки смеси кладут под язык и держат ее там до полного рассасывания. Принимают 3—5 раз в день за час до еды.

7. Мед следует назначать при многих заболеваниях или добавлять в настои как средство, обладающее противомикробным действием, и как нежный высококалорийный продукт питания при вирусных и истощающих организм заболеваниях.

В день можно принимать по 100—120 г меда, разделив его на 3—4 порции, с молоком, чаем или теплой кипяченой водой.

8. Цветущую траву *мелиссы лекарственной* в виде настоя принимают внутрь как средство, благоприятно влияющее на головной мозг, особенно при нервных спазмах, головокружении и шуме в ушах.

Настой: 3 полные ст. ложки травы настаивают 2—3 часа в литре кипятка. Процеживают, добавляют по вкусу мед и пьют без ограничения, как чай, лучше до еды.

9. *Прополис* в чистом (очищенном) виде или его препараты принимают внутрь в качестве достаточно активного кровоочистительного, болеутоляющего и регенеративного средства при вирусных и других заболеваниях крови, головного мозга, инсульте.

Очищенный прополис берут по 5—7 г, медленно жуют (ценна прополисовая слюна), затем глотают. Принимают 3—5 раз в день за час до еды.

15—25%-ное прополисовое масло (его приготовление описано во многих разделах этой книги) едят с хлебом по 20—30 г 3—5 раз в день, лучше до еды.

10. Плоды *софоры японской* в виде порошка принимают внутрь для профилактики и лечения кровоизлияния (особенно в головном мозге) и склеротического повреждения стенок сосудов.

Порошок принимают по 1/2 чайной ложки 3—5 раз в день, запивая теплым настоем из плодов шиповника, лучше до еды.

11. Траву *фиалки трехцветной* в виде настоя принимают внутрь (можно с медом) как достаточно активное кровоочистительное средство при вирусных и инфекционных заболеваниях крови.

Настой: 3—4 ст. ложки травы настаивают 2—3 часа (или ночь) в литре кипятка. Процеживают, иногда добавляют по вкусу мед и принимают по 2/3 стакана теплого настоя 3—5 и более раз в день за час до еды.

12. Траву (иногда с корнем) *букашника горного*, траву *живокости полевой*, *мелиссы лекарственной*, порошок из плодов *софоры японской*, плоды *шиповника* — всех по ст. ложке, траву *фиалки трехцветной* — 2 ст. ложки.

Настой: 3 полные ст. ложки сбора настаивают ночь в литре кипятка. Утром процеживают, добавляют по вкусу мед и поят больного по 2/3 стакана 3—5 раз в день за час до еды при заболеваниях головного мозга любого происхождения.

13. Траву *букашника горного*, корень *валерианы лекарственной*, траву *вероники лекарственной*, семена или траву *галеги лекарственной*, траву *дягиля*, *мелиссы*, *льнянки обыкновенной*, порошок из плодов *софоры японской*, *мордовника шароголового*, плоды *шиповника* — всех по ст. ложке, траву *фиалки трехцветной* — 2 ст. ложки.

Настой: 2 полные ст. ложки сбора настаивают ночь в 0,5 л кипятка. Утром процеживают, добавляют по вкусу меда и поят больного по 1/2 стакана теплого настоя 3—5 раз в день, за час до еды при заболеваниях головного мозга любого происхождения.

14. Корень *валерианы лекарственной*, корневища и корни *клопогона даурского* (*цимицифуги*), траву *мелиссы лекарственной*, *пустырника сердечного* и *чистеца байкальского* (*лесного*) — всех в равных количествах. Сбор в виде настоя или настойки полезен обслуживающему капризного больного персоналу как эффективное успокаивающее нервную си-

стему средство, при нервных заболеваниях, повышенной нервной возбудимости и бессоннице.

Настой: 2 ст. ложки сбора настаивают ночь в 0,5 л кипятка. Утром процеживают, добавляют по вкусу мед и принимают при необходимости по 1/2 стакана теплого настоя 2 или 3 раза в день, лучше до еды.

Настойка: 25—30%-ная на 70°-ном спирте, выдерживают 7 и более дней. Принимают при необходимости успокоить себя по 1/2—1 чайной ложке настойки, смешав ее с 1/2 стаканом теплой кипяченой воды 2—3 раза в день, лучше до еды.

25. Читательница Леонова А. Н. из г. Краснодара спрашивает: что такое инсульт, чем он вызван и как его исцелить?

Прежде всего это кислородное (даже кратковременное) голодание клеток головного мозга и недостаток глюкозы в них, что часто вызывает повреждение или отмирание этих клеток. Инсульт, как правило, развивается у лиц среднего и пожилого возраста.

Иными словами можно выразить так. Это заболевание клеток головного мозга, первопричиной которого могут быть: черепно-мозговые травмы, атеросклероз, тромбоз, спазмы сосудов головного мозга, различные заболевания крови и т. д. В результате нарушаются функции или деятельность отдельных конечностей, органов или систем организма, за которые эти клетки отвечают.

Предвестниками (тревожными признаками) этого заболевания могут быть: внезапная слабость во всем теле, онемение мышц лица, рук, ног, особенно с одной стороны, ухудшение зрения, головокружение.

К примеру: инсульт в правом полушарии головного мозга вызывает паралич, как правило, левых конечностей, а инсульт в левом полушарии — паралич правых нижних или верхних конечностей.

Кроме того, больные часто теряют сознание, ощущают боли, двоение в глазах, повышается температура до 38—39°С, появляется рвота и многое другое.

Исцеление этого заболевания требует от окружения больного доброжелательного и продолжительного труда. В этом случае положительные результаты исцеления появятся достаточно быстро.

1. Необходимо избавить больного от дурных привычек, в том числе от курения и алкоголизма.

2. В начальной стадии заболевания, пока больной послушен, произвести (если это возможно) ему чистку организма с помощью подсолнечного масла (см. в разделе «Атеросклероз», № 22).

Одновременно в полном объеме использовать и рекомендацию № 50 в разделе «Кишечные заболевания».

После этих, тем более двух, тщательно проведенных чисток, результативность всех рекомендаций повысится во много раз, а полное исцеление ускорится.

3. На время лечения (лучше после чистки организма) удалить из рациона питания больного мясные продукты, соль и сахар. Пища должна быть высококалорийной и только растительного происхождения — плоды *аронии*, *баклажаны*, *гречиха*, плоды (орехи) *лещины обыкновенной*, *лук репчатый*, *маточное (пчелиное) молочко*, *мед*, *орехи грецкие*, *кедра сибирского*, *фисташки*, продукты, содержащие пектин, *подсолнечное масло*, *прополис* и его масло, порошок из плодов *софоры японской*, плоды *фейхоа*, *шиповника* и т. д.

4. Свежие плоды или сок *аронии черноплодной* рекомендуется принимать по 250—300 г в день в течение 2—3-х недель как средство, улучшающее состав крови, предотвращая тем самым кровоизлияние в головной мозг.

Сок из плодов принимают по 40—50 мл 3—4 раза в день, лучше до еды.

5. Семена или траву *галеги лекарственной (козлятника)* в виде настоя принимают внутрь как средство, делающее кровь менее вязкой, при атеросклерозе, гипертонии и других заболеваниях.

Настой: ст. ложку сырья (лучше истолченных семян) настаивают 2—3 часа или ночь в 2-х стаканах кипятка и

принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день за час до еды.

6. Цветки и листья *гречихи посевной* в виде настоя принимают внутрь без строгой дозировки при склерозе сосудов с повышением давления крови и других заболеваниях.

Настой: 2 полные ст. ложки сырья настаивают 2—3 часа в 0,5 л кипятка. Процеживают, добавляют по вкусу мед и выпивают за день глотками.

7. Траву *донника лекарственного* в виде настоя принимают внутрь как антикоагулянт, делающий кровь менее вязкой, что способствует улучшенному питанию клеток головного мозга.

Настой: ст. ложку травы настаивают 2—3 часа в 2-х стаканах кипятка и принимают (можно с медом по вкусу) по 1/2 стакана теплого настоя 3—4 раза в день, лучше до еды.

8. Плоды (орехи) *лещины обыкновенной* в виде лечебного питания показаны при атеросклерозе и его последствиях — инсульте, инфаркте мозга, легких или миокарда.

9. Сок лука *репчатого* с медом в равных частях принимают внутрь для профилактики и лечения атеросклероза как средство, уменьшающее количество холестерина в крови и стенках сосудов.

Применение: свежеприготовленный сок из корнеплода смешивают на водяной бане 1 : 1 с прогретым слегка медом, тщательно промешивают до полного остывания смеси. Принимают продолжительное время по 1—2 чайной ложке 3—5 раз в день за час до еды.

Маточное (пчелиное) молочко, его приготовление и применение следует смотреть в разделе «Атеросклероз», № 17.

Орехи грецкие см. в разделе «Атеросклероз» и т. д.

26. Читательница Сидорова Л. Д. из г. Москвы спрашивает: можно ли с помощью меда предохранить ребенка от самопроизвольного мочеиспускания в постели во время сна?

Да, можно. Для этого необходимо проследить, как он ведет себя: сосет ли пальцы, грызет ли ногти пальцев,

проявляется ли у него раздражение, искажается ли речь и т. д.

Если это имеет место, значит, у ребенка с психикой не все в порядке. Отсюда происходят нарушения сторожевого центра в коре головного мозга, спинальных механизмов и другие отклонения.

Отнеситесь к ребенку очень внимательно и используйте советы раздела «Недержание мочи».

Ограничивайте прием жидкости, особенно после 17 часов. На ночь дайте ребенку одну чайную, возможно, две (в зависимости от возраста) ложки меда. Это успокоит его нервную систему, сделает сон безмятежным.

Кроме того, натуральный мед, благодаря своему гигроскопическому свойству, удерживает влагу в организме на период ночного отдыха, как бы уменьшая нагрузку на мочевой тракт и мочевыводящие пути.

После того, когда ребенок прекратит мочиться в постель, постепенно уменьшайте дозу меда, а затем прекратите давать совсем. При необходимости повторить такой метод лечения всегда можно, учитывая, что мед благотворно действует на весь организм, нервную систему и головной мозг.

27. Читатель Панкратов И. В. из г. Пушкино Московской области спрашивает: как быть, если при многих (в том числе и онкологических) заболеваниях не всегда удастся достать нужные растения или препараты, а в последних рекомендациях требуется соблюдать полный пост долгое время, да еще с приемом своей мочи внутрь? Для многих больных этот пост и прием урины оказывается (больше всего психологически) невозможным.

Если в рекомендациях написано: «полный пост» с указанием конкретного времени, следовательно, необходимо голодать это время и не «мудрить» или хитрить, обманывая в первую очередь самих себя, теряя драгоценное время.

Следует помнить, что даже одноразовое питание в день

(даже легкой пищей) сводит на нет все усилия. Больному следует или выбрать другую рекомендацию, или в полном объеме использовать эту.

Повторяю, в этой книге все рекомендации апробированы временем и «шелухи» в ней нет!

Самые последние рекомендации и даны как одни из самых дешевых и результативных средств лечения, особенно если нет возможности достать другие лекарства. Они все хороши и результативны, даже тогда, когда время на исцеление ограничено, но при условии, что больной до этого не был подвергнут официальной медициной радио-(облучение) или химиотерапии, которые достаточно быстро усугубляют состояние онкологического больного. Эти терапии Природой не предусмотрены, противоядия (зелья) против них Она не предусмотрела, следовательно, после подобных терапий исцеление становится маловероятным.

28. Читатель, не назвавший своей фамилии, из г. Реутово Московской области спрашивает: существует ли средство для лечения приобретенного иммунодефицита (СПИД)?

Первые зарегистрированные случаи синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД) имели место летом 1981 года в Америке. Вирус, известный ныне как возбудитель этой болезни, был открыт только в 1983 году. Сейчас его принято называть вирусом иммунодефицита человека — ВИЧ. К сожалению, эта болезнь за последние полтора десятка лет получила большое распространение и вышла далеко за пределы Американского континента.

При подозрении на это заболевание, разумеется, первым делом необходимо отправиться в ближайшую специальную лабораторию для подтверждения или исключения предполагаемого диагноза «ВИЧ-инфекция».

Если диагноз подтвержден лабораторно, ни в коем случае не надейтесь на чудо и не теряйте ни минуты драгоценного времени. Вам надо обратиться к средствам, со-

зданным самой Природой, ведь нет, не было и не может быть такого заболевания, противоядия которому она, Природа, не предусмотрела бы. Природа — лучший врачеватель, особенно если к ее средствам и источникам обратиться своевременно. Не важен возраст больного, причина заражения, стадия или степень болезни, важно найти правильное средство и правильно им воспользоваться.

Прежде всего больной должен понимать, что если организм сам не справляется с недугом, значит, он засорен, зашлакован, что именно по этой причине истощена его иммунная система — основа здоровья всего организма, что необходимо помочь организму в отторжении шлака, укрепить, тонизировать иммунную систему, одновременно принимая все меры, активно способствующие уничтожению вируса ВИЧ.

Начинать лечение надо с полной и тщательной очистки кишечника, как это описано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Затем следует провести чистку полости рта больного (см. раздел «Кровоочистительные средства», № 19). Проведенные в строгом соответствии с нашими рекомендациями тщательные чистки организма значительно поднимут результативность лечения, а самочувствие больного быстро и заметно улучшится.

Следует помнить, что СПИД характерен множественностью заболеваний и симптомов, он сопровождается развитием и обострением сопутствующих острых инфекций и опухолей. Поэтому при лечении в первую очередь надо исходить из необходимости вылечить недуг, беспокоящий больного в данный момент. Обычно это общая слабость, легочные заболевания, но возможны и другие доминирующие заболевания, например онкологические.

Закончив чистку организма, больного следует перевести на высококалорийную вегетарианскую (растительного происхождения) пищу, пользуясь при этом рекомендациями, которые содержатся в книге и касаются вегетарианского питания. Одновременно всеми доступными средствами и видами терапии, предназначенными для

устройства симптомов преобладающей болезни, необходимо воздействовать на первопричину основного заболевания, с тем чтобы окончательно его ликвидировать.

В рационе питания вирусоносителя обязателен *прополис* или его препараты в виде прополисного масла или экстракта. Обязателен также овес — цветущее растение и крупа, *солод*, плоды *кедра*, *фисташки*. Вместо кофе, чая и других напитков полезно (по показаниям) принимать препараты растительного происхождения, исходя из симптоматики и рекомендаций соответствующего раздела книги. В рационе питания следует ограничить, а лучше совсем свести на нет мясные продукты, алкоголь, соль и сахар.

При нервном и физическом истощении, связанном с ВИЧ-инфекцией, при волнениях, бессоннице, приступах истерии применяются *йод* и препараты *астрагала пушистоцветкового*, *валерианы лекарственной*, *синюхи лазурной*, *пустырника сердечного*, *желтушников* и других растений, рекомендованных и описанных в разделах «Неврастения» и «Бессонница».

Следующим этапом должно стать применение сильнодействующих кровоочистительных, тонизирующих и исцеляющих средств. В частности, полезно принимать настой из травы *астрагала пушистоцветкового* — 1 ст. ложка, травы *барвинка малого* — 1 ст. ложка, травы и корневища *горца птичьего* — 2 ст. ложки, корневища *солодки голой* — 2 ст. ложки, почек *тополя* — 2 ст. ложки, травы *фиалки трехцветной* — 2 ст. ложки. Чтобы приготовить требуемый настой, надо взять 3—4 ст. ложки этого сбора и настаивать 2—3 часа (можно всю ночь) в литре кипятка. Затем настой тщательно фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 и более раз в день, желательно до еды.

Рекомендации, касающиеся применения прополиса, прополисного масла, экстракта и настоя из лекарственных трав, приведены в ответах на письма № 15, 16 и 30.

И последняя рекомендация: при лечении такого сложного заболевания, как ВИЧ-инфекция, нельзя медлить,

зданным самой Природой, ведь нет, не было и не может быть такого заболевания, противоядия которому она, Природа, не предусмотрела бы. Природа — лучший врачеватель, особенно если к ее средствам и источникам обратиться своевременно. Не важен возраст больного, причина заражения, стадия или степень болезни, важно найти правильное средство и правильно им воспользоваться.

Прежде всего больной должен понимать, что если организм сам не справляется с недугом, значит, он засорен, зашлакован, что именно по этой причине истощена его иммунная система — основа здоровья всего организма, что необходимо помочь организму в отторжении шлака, укрепить, тонизировать иммунную систему, одновременно принимая все меры, активно способствующие уничтожению вируса ВИЧ.

Начинать лечение надо с полной и тщательной очистки кишечника, как это описано в разделе «Кишечные заболевания», № 50. Затем следует провести чистку полости рта больного (см. раздел «Кровоочистительные средства», № 19). Проведенные в строгом соответствии с нашими рекомендациями тщательные чистки организма значительно поднимут результативность лечения, а самочувствие больного быстро и заметно улучшится.

Следует помнить, что СПИД характерен множественностью заболеваний и симптомов, он сопровождается развитием и обострением сопутствующих острых инфекций и опухолей. Поэтому при лечении в первую очередь надо исходить из необходимости вылечить недуг, беспокоящий больного в данный момент. Обычно это общая слабость, легочные заболевания, но возможны и другие доминирующие заболевания, например онкологические.

Закончив чистку организма, больного следует перевести на высококалорийную вегетарианскую (растительного происхождения) пищу, пользуясь при этом рекомендациями, которые содержатся в книге и касаются вегетарианского питания. Одновременно всеми доступными средствами и видами терапии, предназначенными для

устройства симптомов преобладающей болезни, необходимо воздействовать на первопричину основного заболевания, с тем чтобы окончательно его ликвидировать.

В рационе питания вирусоносителя обязателен *прополис* или его препараты в виде прополисного масла или экстракта. Обязателен также овес — цветущее растение и крупа, *солод*, плоды *кедра*, *фисташки*. Вместо кофе, чая и других напитков полезно (по показаниям) принимать препараты растительного происхождения, исходя из симптоматики и рекомендаций соответствующего раздела книги. В рационе питания следует ограничить, а лучше совсем свести на нет мясные продукты, алкоголь, соль и сахар.

При нервном и физическом истощении, связанном с ВИЧ-инфекцией, при волнениях, бессоннице, приступах истерии применяются *йод* и препараты *астрагала пушистоцветкового*, *валерианы лекарственной*, *синюхи лазурной*, *пустырника сердечного*, *желтушников* и других растений, рекомендованных и описанных в разделах «Неврастения» и «Бессонница».

Следующим этапом должно стать применение сильнодействующих кровоочистительных, тонизирующих и исцеляющих средств. В частности, полезно принимать настой из травы *астрагала пушистоцветкового* — 1 ст. ложка, травы *барвинка малого* — 1 ст. ложка, травы и корневища *горца птичьего* — 2 ст. ложки, корневища *солодки голой* — 2 ст. ложки, почек *тополя* — 2 ст. ложки, травы *фиалки трехцветной* — 2 ст. ложки. Чтобы приготовить требуемый настой, надо взять 3—4 ст. ложки этого сбора и настаивать 2—3 часа (можно всю ночь) в литре кипятка. Затем настой тщательно фильтруют, добавляют по вкусу мед и принимают по 1/2—2/3 стакана теплого настоя 3—5 и более раз в день, желательно до еды.

Рекомендации, касающиеся применения прополиса, прополисного масла, экстракта и настоя из лекарственных трав, приведены в ответах на письма № 15, 16 и 30.

И последняя рекомендация: при лечении такого сложного заболевания, как ВИЧ-инфекция, нельзя медлить,

нельзя «мудрить», нельзя хитрить и упрощать, довольствуясь и ограничиваясь одним из названных выше компонентов лечения. Устранить заболевание можно только с помощью комплекса мер и правильного их сочетания.

29. Читатель Алексеев И. П. из г. Барнаула со слезами просит ответить на его письмо, датированное 5 апреля 1997 года.

«Наш ребенок родился в полном здравии. Мы ему радовались, как солнышку. Но однажды он заболел диатезом. В клинике делали уколы и заразили ребенка ВИЧ-инфекцией, об этом мы узнали только спустя шесть месяцев. Лабораторные данные диагноз подтвердили.

Мы в панике. Не знаем, что делать. Возможно, этот вирус не так страшен, как все остальные, может, зря паникуем? Пожалуйста, скажите: что это за болезнь? Можно ли помочь нашему ребенку? Если да, то что для этого надо делать?»

Разновидностей ВИЧ-инфекции несколько, но всех их объединяет одно. Вич — особо опасная вирусная инфекция, активно подавляющая иммунную систему даже молодого организма, способствующая развитию вторичных (вирусных, бактериальных, протозойных и др.) инфекций. При ослаблении иммунитета развивается масса всевозможных заболеваний, приводящих иногда к летальному исходу.

Поэтому главный смысл лечения должен заключаться в постоянном укреплении иммунной системы ребенка и очистке организма (крови в первую очередь) с помощью средств, предусмотренных Природой.

В рационе питания больного ребенка должна быть высококалорийная, растительного происхождения пища — соки, настои или в перетертом виде. Очень полезны (в качестве добавки в рацион питания) продукты жизнедеятельности пчел (маточное, пчелиное молочко, мед, прополис и его препараты, пыльца) как средство, активно уничтожающее вирус, улучшающее показатели крови и иммунного статуса.

Не будет лишним воспользоваться и современными рекомендациями (уринотерапия), данными в каждом разделе сложных заболеваний. Они будут достаточно хорошим подспорьем, учитывая, что даже шлак в моче и моча больного, принимаемая внутрь и используемая наружно вызывает активный рост антител и уже этим укрепляется иммунная система больного организма.

Все вышеизложенное (апитерапия, диетотерапия, урино- и фитотерапия) непременно и достаточно быстро исцелят ребенка. Воспользуйтесь указанными советами: «Биостимуляторы», № 8, 9, 11, 12, 15, 18 и т. д.; «Истощение физическое» № 6, 9, 11, 16, 18, 20 и т. д.; «Кровоочистительные средства», № 3, 4, 7, 10, 12, 16, 19 и т. д.

Дозировать эти препараты следует с учетом возраста и иных особенностей детского организма.

Если вас будут тревожить волнения, воспользуйтесь рекомендациями в разделе «Нервное возбуждение». Настройтесь на миролюбивый тон и исцеление дитя. В этом случае вы будете в хорошем настроении, а ребенок вскоре выздоровеет.

Примерно через год от родителей заболевшего ребенка пришло письмо, которое я и не ждал. В нем было много хвалебных слов в мой адрес и много радости о полном выздоровлении ребенка, что трижды было подтверждено, в том числе и лабораторно. Теперь ребенка уже не возят по врачам и больницам, да и он снова болеть не собирается.

30. Читатели часто задают один и тот же вопрос. Что представляет собой прополис и его препараты? Насколько они универсальны в медицине и при каких заболеваниях ими можно воспользоваться?

Сам прополис представляет собой пчелиный клей, собираемый рабочими пчелками для создания микроклимата в своих ульях и для дезинфекции. Это смолистое вещество, имеющее приятный запах и горькое на вкус.

В народной медицине прополис и его препараты представляют собой универсальные лекарственные средства, в

официальной медицине метод их использования называют апитерапией.

В исцелении организма эти препараты часто помогают лучше, чем препараты официальной медицины, иногда и растительного происхождения. С успехом используется прополис и при эпидемиях сложных заболеваний как достаточно сильное антибактериальное средство, по силе действия не уступающее другим средствам.

Антибактериальное (противомикробное) свойство прополиса зависит от растений, с которых он собран, а свойство его препаратов — от концентрации в них прополиса.

Самым активным противомикробным свойством обладает прополис, собранный пчелками с молодых, клейких почек и листьев тополя (осоко́ря) пирамидального и др. видов, произрастающих в экологически чистом месте. Собирают они прополис и с других смолистых деревьев (абрикоса, березы, вишни, осины и др.), но противомикробная ценность такого прополиса менее значима.

Водная или спиртовая вытяжка из молодых, клейких почек тополя по химическому составу похожа на прополисную. Они имеют тот же запах, вкус, цвет, хранятся долго и антибактериально активны.

Прополис и его препараты обладают широкой гаммой биологически активных свойств и ценны в медицине как противомикробное средство с широким спектром их действия (на 130 и более микроорганизмов) при многих инфекционных, даже сложных заболеваниях, исцелить которые другими средствами становится весьма затруднительно.

Используются они (иногда в комплексе с другими препаратами) при абсцессах, актиномикозе, ангине, артрите, астме, атеросклерозе, венерических заболеваниях, волчанке, гайморите, гангрене, глазных заболеваниях, диабете, дизентерии, дифтерии, многих желудочно-кишечных, кожных и легочных заболеваниях, лейкемии, ожогах всех степеней, пиелонефрите, раковых заболеваниях, сифилисе, СПИДе, в стоматологии, при тифе, туберкулезе, в урологии, при холере, чуме и др.

Очищенный (чистый) прополис и его препараты абсолютно безвредны для организма и в случаях заразных болезней служат отличной добавкой к пище.

Они, кроме всего вышеизложенного, обладают и многими другими положительными достоинствами как средства, способствующие укреплению иммунной системы больного организма, обладающие анестезирующим (обезболивающим), регенеративным (стимулирующим рост поврежденных тканей) и другими свойствами.

Прополис используют и как достаточно активный антирадиант, особенно после радиотерапии (облучения), и как средство, на продолжительное время ингибирующее раковые клетки, активно способствующее деятельности нормальных клеток и восстанавливающее нормальное состояние организма в целом. Иными словами, прополис активно способствует выздоровлению онкологических больных, как самостоятельное средство, но лучше его применять в комплексе с другими препаратами.

Следует иметь в виду, что спиртовые вытяжки из прополиса активнее водных вытяжек, но менее активны, чем чистый прополис, принимаемый внутрь.

10%-ный водный настой: 50 граммов очищенного и мелко перетертого прополиса заливают 0,5 л горячей (лучше дистиллированной) воды. Настаивают в водяной бане или термосе 3—5 часов, периодически эту смесь промешивая. Затем процеживают ее через ситечко или льняное полотно. Готовый настой представляет собой светло-коричневую, приятно пахнущую жидкость. Принимают его по 1—2 чайной или столовой ложке 3—5 раз в день, лучше за час до еды, а при заразных заболеваниях вводят теплый настой (иногда стерилизуют 30 минут в автоклаве или водяной бане) внутривенно по 1—2 мл 2—3 и более раз в день.

Водный экстракт готовят таким же образом, но с большей (необходимой) концентрацией мелко перетертого прополиса. Принимают и хранят его продолжительное время, как и настой.

Прополисое масло 10, 15 или 25%-ное: в домашних условиях его готовят, как правило, на сливочном (несоленном) или подсолнечном масле как основе для препарата. Жировую основу в нужном объеме доводят до кипения, затем в нее добавляют необходимую весовую часть очищенного прополиса в виде сметанообразной массы (см. «Очищение, измельчение и хранение прополиса в домашних условиях») или мелко перетертого очищенного прополиса. Все тщательно promешивают в горячем виде, создавая однородную массу. Процеживают через марлю и снова promешивают, но уже до полного остывания смеси. Готовое масло принимают внутрь (в количестве, положенном по рецепту) и используют наружно как мазь.

Остальные препараты из прополиса описаны в самой книге.

31. Читатель Скоробогатов О. Я. из г. Киева спрашивает: существуют ли неизлечимые болезни и если существуют, то какие?

Нет такого заболевания, исцеления от которого не предусмотрела бы Природа. В ее кладовых — воистину неисчерпаемый запас средств, способных полностью излечить практически любой недуг. Единственным условием является правильное и своевременное применение этих средств, использование жизненных сил резервов больного организма, способствующих активной, наступательной и результативной борьбе с недугом. Не надо отчаиваться и Природа поможет вам справиться с болезнью!

Завершая эту книгу, нужно сказать, что авторы попытались доказать читателям, что Природа всегда права, всегда лекарственна!

Она все может!
Организм ободрить,
Быстро рак исцелить,
Побороться со СПИДом поможет!

Кортиковы

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	7
ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ЛЕКАРСТВЕННОМ СЫРЬЕ	8
Сбор	8
Сушка	9
Измельчение и порошокование	10
Хранение	10
Приготовление яблочного уксуса	11
Очищение, измельчение и хранение прополиса в домашних условиях	11
Уринотерапия	13
СПОСОБЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ, ДОЗИРОВКИ И ПРИМЕНЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ	21

А

АБСЦЕСС	22
АВИТАМИНОЗ, ГИПОВИТАМИНОЗ	25
АДЕНОМА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ	29
АКТИНОМИКОЗ	32
АЛКОГОЛИЗМ	33
АНГИНА, ИЛИ ТОНЗИЛЛИТ ОСТРЫЙ	36
АНЕМИЯ	44
АНТИАЛЛЕРГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА	52
АНТИКОАГУЛЯНТЫ	54
АНТИРАДИАНТЫ	54
АНТИСЕПТИЧЕСКИЕ (противопаразитные) СРЕДСТВА	58
АППЕТИТ ВОЗБУЖДАЮЩИЕ СРЕДСТВА	60
АРТРИТ (полиартрит), АРТРОЗ	65
АСТМА БРОНХИАЛЬНАЯ	77
АТЕРОСКЛЕРОЗ	91

Б

БЕЗДЕТНОСТЬ	102
БЕССОННИЦА	103
БИОСТИМУЛЯТОРЫ	112
БОЛЕУТОЛЯЮЩИЕ СРЕДСТВА	120

В

ВЕНЕРИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	124
ВЕСНУШКИ	133
ВИТИЛИГО (песь)	134
ВОДЯНКА	136
ВОЛЧАНКА КРАСНАЯ	143
ВЫПАДЕНИЕ И РОСТ ВОЛОС	147
ВЯЖУЩИЕ (противопоносные) СРЕДСТВА	152

Г

ГАЙМОРИТ	161
ГАНГРЕНА	164
ГАСТРИТЫ ГИПЕРАЦИДНЫЕ	169
ГАСТРИТЫ ГИПОЦИДНЫЕ И АНАЦИДНЫЕ	177
ГЕМОРРОЙ	188
ГЕПАТИТЫ	196
ГИПЕРТОНИЯ	204
ГИПОТОНИЯ	211
ГЛАЗНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	218
ГЛИСТОГОННЫЕ (противоглистные) СРЕДСТВА	225
ГОЛОВНАЯ БОЛЬ	232
ГРИПП	240
ГРЫЖА	243

Д

ДЕРМАТИТ	243
ДИАБЕТ НЕСАХАРНЫЙ	252
ДИАБЕТ САХАРНЫЙ	256
ДИАТЕЗЫ ГЕМОРРАГИЧЕСКИЕ	266
ДИАТЕЗЫ ДЕТСКИЕ	273
ДИЗЕНТЕРИЯ БАКТЕРИАЛЬНАЯ	277
ДИФТЕРИЯ	284

Ж

ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА	287
ЖЕЛЕЗА ЩИТОВИДНАЯ, ТИРЕОТОКСИКОЗ, ЗОБ, БАЗЕДОВА БОЛЕЗНЬ	289
ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	294
ЖЕЛЧНЫЙ ПУЗЫРЬ И ЕГО ПРОТОКИ	302
ЖЕНСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	310

З

ЗАПАХ ИЗО РТА	315
ЗАПОР	315
ЗОЛОТУХА	321
ЗУБЫ И РОТОВАЯ ПОЛОСТЬ	324

И

ИЗЖОГА	331
ИКОТА	332
ИМПОТЕНЦИЯ	333
ИНФАРКТ ЛЕГКОГО	338
ИНФАРКТ МИОКАРДА	340
ИСТОЩЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЕ	350
ИШИАС	358

К

КАРДИОСКЛЕРОЗ АТЕРОСКЛЕРОТИЧЕСКИЙ	362
КАШЕЛЬ	369
КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	376
КЛИМАКТЕРИЙ И КЛИМАКТЕРИЧЕСКИЙ НЕВРОЗ	388
КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	389
КОКЛЮШ И ПАРАКОКЛЮШ	402
КОСТИ	405
КРАПИВНИЦА	409
КРОВООСТАНАВЛИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА	410
КРОВООЧИСТИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА	414

Л

ЛАРИНГИТ	420
ЛЕГКИЕ	422
ЛИХОРАДКА	442
ЛИШАИ	450
ЛУЧЕВЫЕ ПОРАЖЕНИЯ	455

М

МАЛОКРОВИЕ	462
МАЛЯРИЯ	465
МЕНИНГИТЫ	469
МЕНЬЕРА БОЛЕЗНЬ	474
МЕТЕОРИЗМ	480
МИКСЕДЕМА	484
МИОКАРДИТ	487
МОЗГ ГОЛОВНОЙ И СПИННОЙ	492
МОЗОЛИ	497
МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ И МОЧЕТОЧНИКИ	499

Н

НАСМОРК (ринит)	512
НЕВРАЛГИИ И НЕВРИТЫ	514
НЕВРАСТЕНИЯ	519
НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ	526
НЕРВНОЕ ВОЗБУЖДЕНИЕ	529
НЕРВНОЕ ИСТОЩЕНИЕ	536
НИМФОМАНИЯ	536
НОГИ	537

О

ОБЛЫСЕНИЕ (алопеция)	549
ОБМОРОЖЕНИЕ (гипотермия)	553
ОБМОРОК	556
ОДЫШКА	563
ОЖИРЕНИЕ	568
ОЖОГ, ОЖОГОВАЯ БОЛЕЗНЬ (гипертермия)	572
ОПУХОЛИ (наросты) МЕХАНИЧЕСКИЕ	577
ОТЕКИ	580
ОТИТ	584
ОТХАРКИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА	587

П

ПАНАРИЦИЙ	594
ПАРАЛИЧ ДРОЖАТЕЛЬНЫЙ (болезнь Паркинсона)	595
ПЕЧЕНЬ	605
ПИЕЛОНЕФРИТ	612
ПОДАГРА	619

ПОТОГОННЫЕ СРЕДСТВА	627
ПОЧЕЧНОКАМЕННЫЕ И ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК	630
ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА	639
ПРОТИВОПРОСТУДНЫЕ СРЕДСТВА	643

Р

РАДИКУЛИТ	648
РАКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	656
РАНЫ	670
РЕВМАТИЗМ	677
РЕГЕНЕРАТИВНЫЕ СРЕДСТВА	689

С

СЕРДЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	693
-----------------------------	-----

Т

ТИФ БРЮШНОЙ	703
ТРОМБОФЛЕБИТЫ	710
ТЯЖЕСТЬ	716

У

УКУСЫ ЗМЕЙ, СОБАК И СКОРПИОНОВ	719
--------------------------------------	-----

Х

ХОЛЕРА	721
--------------	-----

Э

ЭКЗЕМА	728
--------------	-----

ЭНДАРТЕРИИТ ОБЛИТЕРИРУЮЩИЙ	734
ЭНЦЕФАЛИТ	739
ЭПИЛЕПСИЯ	745

Я

ЯЗВЫ ВНУТРЕННИЕ	751
ЯЗВЫ НАРУЖНЫЕ (кожные)	756

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И ОТВЕТЫ НА ПИСЬМА ЧИТАТЕЛЕЙ	761
---	-----

ПОТ
ПОЧ
ПРО
ПРС

1

РАД
РАК
РАГ
РЕЕ
РЕГ

Полный справочник народной медицины

Компьютерный
дизайн обложки: Г. Нечитайло
Тех. редактор: Т. Рашина
Корректоры: Н. Василенко
Н. Клименко
Верстка: А. Дудченко

СЕ

ТИ
ТР
ТЯ

Подписано в печать
с оригинал-макета 12.03.02
Формат 84 × 108/32. Бумага газетная.
Гарнитура «Newton С». Усл. печ. л. 10.08.
Заказ № 3328. Тираж 5000 экз.

УК

Издательский дом «Эврика»
83054, г. Донецк, Киевский проспект, 48
(062) 385-62-51

ХС

Свидетельство ДК № 1346 от 07.05.2003 г.

Отпечатано в АОЗТ «Издательство «Донеччина».
83054, г. Донецк, Киевский проспект, 48.

Э

7



Синюха голубая



Береза



Анис обыкновенный



Бурачник лекарственный



Мята



Кровохлебка лекарственная



Золототысячник



Коровяк скипетровидный



Горец птичий



Репейник



Окопник лекарственный



Крапива двуконная



Зверобой



Валериана лекарственная



Вероника лекарственная



Бодяк полевой



Хвощ полевой



Яснотка белая



Подорожник большой



Пижма обыкновенная

венный

ственная

ний

удомная